أثر برنامج إرشادي لتعديل التشويهات المعرفية لدى الزوجات في تحسين مستوى التكيّف الزواجي والعلاقة مع الأبناء

إعداد

فتحية أحمد مصطفى عودة

المشرف

الاستاذ الدكتور" محمد نزيه" عبدالقادر حمدي

قدمت هذه الاطروحة إستكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي

كلية الدراسات العليا

الجامعة الاردنية

أيار/2010

الجامعة الأردنية

نمـــوذج تفـــويض

أنا : محمد احمد مصطفى عوده. أفوض الجامعة الأردنية بتزويد نسخ مـــن أطروحتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص عند طلبها.

التوقيع:

التاريخ: ٢٤ / ٥ / ٢٠١٠

قرار لجنة المناقشة

نوقشت هذه الاطروحة وأجيزت بتاريخ: ٢٠١٠/٤/١٥

أعضاء لجنة المناقشة:	التوقيع
١٠الاستاذ الدكتور"محمد نزيه" عبدالقادر حمدي /مشرفا كلية العلوم التربوية/الجامعة الاردنية	----------
٢٠الاستاذالدكتور سليمان طعمة الريحاني /عضوا كلية العلوم التربوية/ الجامعة الاردنية	----------
٣٠الدكتور رياض يعقوب ملكوش/عضوا كلية العلوم التربوية/الجامعة الاردنية	----------
٤٠الدكتور محمود حسين عطه/عضوا جامعة البتراء	----------

الاهداء

إلى روح والديْ رحمهما الله

وإلى من وقفت إلى جانبي أيام غربتي

وإلى من إتحد القلب والروح في حبهما زوجي وإبنتي

" منار فلسطين"

شكر وتقدير

بعد أن أنهيت العمل في هذه الاطروحة بعون الله, لا يسعني إلا أن أتقدم بالشكر الجزيل, الى الاستاذ الدكتور "محمد نزيه" حمدي الذي أشرف على إنجازها لكل ما قدمه لي من توجيهات وملاحظات كان لها دورا كبيرا في تسهيل مهمة إنجازها.

كما أتقدم بالشكر إلى كافة أعضاء لجنة المناقشة الكريمة, وإلى كل من شارك في تسهيل مهمة هذا البحث خاصة أثناء تطبيق البرنامج الارشادي.

الباحثة

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

الملاحق

أثر برنامج إرشادي لتعديل التشويهات المعرفية لدى الزوجات في تحسين مستوى التكيف الزواجي والعلاقة مع الأبناء

إعداد

فتحية أحمد مصطفى عودة

المشرف

الاستاذ الدكتور" محمد نزيه" عبدالقادر حمدي

الملخص

إستهدفت هذه الدراسة التعرف على تأثير برنامج إرشادي لتعديل التشويهات المعرفية لتحسين مستوى التكيف الزواجي والعلاقة مع الأبناء٠

تكونت عينة الدراسة من ٥٤ زوجة, ممن لديهن أبناء تتراوح أعمارهم بين ١٤-١٧ سنة, تم توزيعهن بطريقة عشوائية بين مجموعتين: تجريبية وعدد أفرادها٢٩, وضابطة وعدد أفرادها٢٥٠ إستخدم في الدراسة, مقياس التكيف الزواجي, ومقياس العلاقة بين الامهات والأبناء, بأبعاده الثلاثة: السلطة الوالدية, والإرتباط العاطفي, والوفاق الزواجي, وقد جاء المقياس على صورتين إحداهما موجهة للامهات, والثانية للأبناء٠ وقد تم إجراء ثلاثة قياسات قبلية وثلاثة قياسات متابعة بعدية. أظهرت النتائج وجود إرتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الامهات بالأبناء, على كافة أبعاد مقياس العلاقة من وجهة نظرالامهات٠ في حين تبين وجود إرتباط بين التكيف الزواجي وبين بعدين فقط من أبعاد علاقة الامهات بالأبناء,(من وجهة نظر الأبناء) هما بعدا: الإرتباط العاطفي والوفاق الزواجي٠ في حين لم يكن هناك إرتباط بين التكيف الزواجي وبعد السلطة الوالدية٠

كذلك تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما يتعلق بتحسين مستوى التكيف الزواجي وتحسين العلاقة مع الأبناء, بين المجموعتين التجريبية والضابطة, لصالح المجموعة التجريبية, التي تلقت التدريب على البرنامج الإرشادي, مما يشير الى فعالية البرنامج في تحسين مستوى التكيف الزواجي وتحسين العلاقة مع الأبناء٠

الفصل الاول

المقدمة والاطار النظري

يعتبر الزواج وما ينتج عنه من حياة زوجية، علاقة إنسانية جوهرية تقدم البنية الأساسية لتكوين العلاقة الاسرية وتنشئة الاجيال (Rosen - Grandon, et al., 2004)٠وهو من أهم الاحداث في حياة كل فرد, وهذا الحدث قد يكون أفضل، أو قد يكون أسوأ ما حصل للإنسان٠ وتشكل هذه العلاقة نظاما من بين الأنظمة الاخرى التي يتكون منها النظام الاسري بشكل عام٠وعندما تكون العلاقة الزوجية ناجحة فانها تكون مصدرا لإشباع الحاجات المختلفة للزوجين، وتجعل كلاً منهما يشعر بأنه ينتمي إلى الطرف الاخر، حيث يمنحهما القوة لمجابهة ما يعترضهما في هذه الحياة (بلمهيوب, 2007)٠ أما عندما تتسم العلاقة الزوجية بالفشل فإن تأثيرها السلبي لا يطال الزوجين فقط بل كل من له علاقة بهما٠ ويرى لندهال ومالك Lindhal and Malik(1999), أن الحاجة ملحة لدراسة الاسرة كنظام مختلف، لكنه مكون من عدد من الأنظمة الفرعية غير المتصلة, مثل النظام الزواجي, والنظام الوالدي, والأبناء٠ويؤثر كل نظام ويتأثر بالأنظمة الاخرى, وأن الاسرة المتوازنة هي التي تتمتع بسمات معينة مثل العلاقة الزوجية القوية, مع وجود الأنظمة الفرعية الاخرى, التي تكون فيها الحدود واضحة, لكنها غير متصلبة٠

ويرى ويلهلم وبيريز Welhelm and Perrez(2004) أن جزءا من تحدي العيش معا في علاقة حميمية هو في فهم وإحترام حقيقة كل من الزوجين لبعضهما البعض, وأن يكون كل منهما قادرا على إصدار أحكام صحيحة للسلوكات غير اللفظية وأفكار ومشاعرالطرف الآخر٠ وأن وجود قيم وأفكار متشابهة يعزز العلاقة بين الزوجين, ويكون وسيلة للحصول على علاقة زوجية تتسم بالتكيف والرضا٠

ويرى فينيل Fenell(1993) وجود إختلاف في سمات النجاح أو الفشل في العلاقة الزوجية٠ وحصر قائمة السمات التي يتحدد من خلالها نجاح أو فشل هذه العلاقة٠ وتتمثل هذه السمات في: الإلتزام بالحياة الزوجية إلى الابد, الإخلاص للشريك, وجود قيم أخلاقية قوية, إحترام شريك الحياة كصديق, الإلتزام والإخلاص في العلاقة الجنسية, الرغبة في الابوة الجيدة, الإيمان بالله والإلتزام الروحي والرغبة في إسعاد ودعم الشريك٠ وترى آل ثاني(2008) عدم

وجود ترتيب معين لسمات العلاقة الزوجية الناجحة, لكن لا بد وأن يتوفر في هذه العلاقة سمات ومفاهيم أساسية تتمثل في الحب والإحترام والإنتماء و التعاون والصداقة.

ووصف ماكّي وأوبريان(Mackey and Obrien (1995، الزواج الذي يدوم, بأنه عملية متطورة, تحدث في مرحلة النضوج، وينتج عنها تأسيس عمليات تفاعل زوجية متنوعة, وتكون

هذه العمليات إمّا سلوكيات يتم تبادلها في إطار العلاقة, أو من خلال التفاعل الذي يأتي ضمنها, وتؤثر بدورها على الرضا الزواجي. وقام الباحثان بتسمية خمس عمليات تفاعل تتمثل في: حصر الخلافات والسيطرة عليها, والتبادل في عملية إتخاذ القرارات, وجودة التواصل, وحميمية العلاقة النفسية والجنسية, و تبادل قيم الثقة والإحترام والتفهم المتعاطف والمساواة في الحقوق والواجبات.

وركز لويس وسبينير (Lewis and Spanier(1979 في أبحاثهما حول العلاقة الزوجية, على ثلاثة أنماط من التفاعل بين المتزوجين من شأنها أن تحقق علاقة زوجية ناجحة هي أولا:الإتفاق consensus ويعني إتفاق الزوجين على عدد من الامور, كالامور المالية, والجوانب الدينية, والصداقات, وسلوكيات معينة, وفلسفة الحياة, وأساليب التعامل مع الوالدين وأقرباء كلا الطرفين، والإتفاق حول الأهداف, وعلى الوقت الذي يمضيانه معا, وعلى إتخاذ القرارات, وتقسيم المهام المنزلية, والنشاطات المرتبطة بالتسلية والترفيه, وإتخاذ القرارات الوظيفية. ثانيا:التماسك Cohesion ويشير الى الدرجة التي يشعر فيها الفرد بالإرتباط أو الإنفصال عن نظام العلاقة الزوجية.ثالثا: التعبير عن العواطف affection expression , ويتمثل في إظهار الحب والرغبة في العلاقات الجنسية.

ويرى كرادوك(Craddock (1991 أن التماسك في العلاقة الزوجية يتضمن الترابط الإنفعالي, أو مدى ما يشعر الشريكان به تجاه بعضهما البعض، ويمكن قياسه من خلال مقياس يمتد بين التماسك القوي والتماسك الضعيف. ويرى روزن جراندون وزملائه - Rosen Grandon, et al. (2004) أن الإستمرار في النشاط الجنسي والإهتمام به أمران مهمان للمحافظة على جودة العلاقة الزوجية في مراحلها المتقدمة.

وإذا كان الفعلadjust يعني باللغة العربية بشكل عام, يكيّف أويعدل أو ينظم، البعلبكي والبعلبكي(2008)، فإن التكيف الزواجي في مجال العلاقات الزوجية يتم النظر إليه كمحصلة لتفاعل مجموعة معقدة من العوامل تحددها كمية الصراعات بين الزوجين, ومستوى المشاركة بينهما في النشاطات التي لها علاقة بالإحساس بالسعادة أو النجاح لزواج ما (Hoult, 1969) .

كذلك يرى أبو أسعد(2005) أن التكيف الزواجي marital adjustment يشير إلى مقدرة الزوجين على إحداث تعديلات لازمة لتنظيم العلاقة بينهما, كي يتمكن كل منهما من التلاؤم مع الآخر, ومع متطلبات الزواج. ويستدل على فاعلية العلاقة الزوجية من عدم فاعليتها, من خلال تفحص آليات العمل التي يستخدمها الزوجان لتحقيق حسن النية لدى كل منهما للعيش مع الاخر، وإحساس كل منهما على إنفراد, بالرضا والقبول للعلاقة الزوجية، ومواجهتهما للصعوبات التي تعترض علاقتهما، وبالتعبير الإنفعالي عن مشاعر كل منهما لإشباع حاجاتهما أثناء التفاعل الزوجي بينهما. أما عدم التكيف الزواجي maladjustment فيرتبط بالإضطرابات الإنفعالية وبضعف التكيف الإجتماعي لدى الاطفال. ويرى بلكن (Belkin(1988، أن الحفاظ على علاقة زوجية فاعلة, يتضمن مقدرة الزوجين على التكيف مع ما يتلائم والدور الذي تتطلبه المواقف التي يمران بها. أما بيرج كروس (Berg – Cross(2001 فتشير الى أن خبرة الزواج معقدة جدا, وغالبا ما يجد الزوجان صعوبة في وصف الخطأ الذي يحدث في علاقتهما الزوجية, أو ما يريدانه من هذه العلاقة.ويكتشف المتزوجون أن زواجهم لم يحقق لهم التوقعات التي كانوا يسعون إليها. ونتيجة لذلك يجد الزوجان أن عليهما القيام بسلسلة من التعديلات يحاولان من خلالها تعديل سلوك كل منهما لتحقيق أعلى درجة ممكنة من الرضا الزواجي marital satisfaction, مقابل شعورهما بأقل درجة من الإحباط frustration.

ويرى ديترك وميللر (deTurck and Miller(1986 أن من أهم العوامل التي تؤثر على جودة العلاقات الزوجية, مقدرة كل من الزوج والزوجة على التكيف مع الاخر, ومع علاقتهما معا, ومع كل ما له إرتباط بهذه العلاقة داخل مؤسسة الزواج. وخلال الحياة الزوجية يشهد الزوجان كمية هائلة من التغيرات, سواء في أنفسهم, أو في علاقة أحدهما بالآخر,أومع الاصدقاء، أو مع وجود الاطفال.وهناك العديد من المتزوجين الذين لا يستطيعون إحداث أي تغيير أو تعديل في حساباتهم الشخصية, وفي أنفسهم, وفي ظروف حياتهم مع بعضهم البعض. ومع نضوج العلاقة بينهما, يؤدي ذلك الى عدم الرضا وعدم المقدرة على التكيف مع الأوضاع المختلفة للحياة الزوجية.

إن نجاح الزوجين في إختيار آليات التعديل أو التكيّف المناسبة, هو الذي يحدد النجاح أو الفشل للعلاقة الزوجية. فإذا كانت آليات التكيف هذه تلتقي مع تلبية حاجات كل منهما, فإن من شأن ذلك أن يحقق لهما الرضا. أما إذا إبتعدت هذه الآليات عن تلبية ما يحتاجانه من علاقتهما, حينئذ يعيشان حالة عدم التكيف maladjustment، التي تعصف بالنوايا الحسنة التي كانت لدى كل منهما في بداية علاقتهما الزوجية، خاصة وان عدم التكيف الزواجي تطال أثاره

السلبية نظام الاسرة بشكل عام, وتمتد لتؤثر على كل فرد من أفراد الاسرة تبعا لتنوع الادوار بينهم. من هنا تبدو ضرورة التركيز على تحسين التكيف الزواجي بين الزوجين من خلال برامج التدخل الوقائية والعلاجية التي تستهدف تحقيق الغايات البناءة التي يسعى الرجل والمرأة اليها عند إرتباطهما في علاقة زوجية حميمية.وفي هذا البحث سيتم إستعراض ابرز النظريات المعرفية التي ركزت على أثر الجوانب الادراكية في الفرد وتأثيرها على تفاعله مع كل ما يحيط به بشكل عام, وأثرها على العلاقة الزوجية بشكل خاص, من خلال البحث في عدد من التشويهات الخاصة بالعلاقة الزوجية, حيث اعتمد البرنامج الإرشادي الذي أعدته الباحثة في هذه الدراسة على تعديل هذه التشويهات المعرفية بهدف تحسين العلاقة الزوجية وتحسين العلاقة مع الأبناء.

النظريات المعرفية وتفسيرها للإضطرابات الشخصية

يرى بلكن (Belkin(1988 أن هناك عددا من المدارس العلاجية التي أحدثت تأثيرا عظيما في مجال العلاج النفسي, ومن أبرز هذه المدارس مدرسة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي Rational emotive behavior therapy ومدرسةالعلاج المعرفي, Cognitive therapy ومدرسة العلاج القائم على تعديل الجوانب السلوكية والمعرفية في الفرد Cognitive behavior modification Therapy. ورغم الاختلاف في الاسس النظرية التي تستند اليها اساليب العلاج في كل مدرسة من هذه المدارس الارشادية, إلا ان ما يجمعها هو الاتفاق على التوجه الفردي لإستخدام الجانب المنطقي للتغلب على الصعوبات الإنفعالية التي يواجهها الانسان. وتؤكد هذه المدارس الارشادية على الجوانب المعرفية وأثرها على الصراعات الإنفعالية التي يواجهها الفرد في علاقاته مع ذاته ومع الاخرين.من هنا فقد تم دمج العديد من الإستراتيجيات السلوكية واستخدامها أثناء ممارسة العملية الإرشادية لمساعدة المسترشدين على إعادة التفكير في الإفتراضات وإعادة بناء البنية المعرفية للمسترشدين في إطار المفاهيم الاساسية لمختلف النظريات المعرفية .

العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي: Rational Emotive Behavior Therapy

تستند نظرية العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي التي تنسب إلى أليس Ellise إمكانية أن يكون الانسان عقلانيا وذو تفكير منطقي سليم, وفي الوقت ذاته يكون لاعقلاني ولديه المقدرة على تشويه أفكاره. كما أن النفس الانسانية تتكون من مزيج من العقل والإنفعال, أومن المنطق

والمشاعر٠ ولا يقتصر دور الانسان على أن يكون مستجيبا لما يحدث حوله , بل يفكر ويكون إدراكاته الخاصة إزاء المثيرات الخارجية التي تواجهه, وأثناء عمليتي التفكير والإدراك, فإن الانسان يشوه ويعمم ما يدركه تبعا لما تقوده إليه إدراكاته وأفكاره الخاطئة مما يسبب له الاضطرابات النفسية وإضطرابات في التعامل مع الاخرين٠ ويستخدم المعالج في العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي, الاستراتيجيات السلوكية في تعامله مع مسترشديه ومن أبرزها إستراتجية إدراة الذات ونظام تقليل الحساسية, وإستراتيجيات الاسترخاء والنمذجة الخ٠ (Corey, 2000)

العلاج المعرفي: Cognitive Therapy

يرى كوري (Corey)2000 أن أصحاب النظرية المعرفية, يركزون على أن شعور الفرد وسلوكه يتحددان من خلال نمط إدراكاته, وطبيعة الخبرة الذاتية له, كما أن الافتراضات النظرية للعلاج المعرفي تستند إلى أسس تشير إلى أن التواصل الذاتي بين الناس يتأثر إلى حد بعيد بما يحدث في داخل كل منهم٠ وأن معتقدات الفرد لها معنى خاص لديه, وأن هذا المعنى يمكن للفرد أن يتعرف عليه ويكتشفه بدلا من أن يقوم المعالج المعرفي بتعليمه وتفسيره له٠ وقد اهتم بيك (Beck cited in corey(2000 بالأفكار التلقائية التي تؤثرعلى عملية تفكيره وتؤدي إلى تكوين إفتراضات خاطئة أطلق عليها إصطلاح التشويهات المعرفية Cognitive distortions، ومن أبرزها الإستنتاج التعسفي, والإنتباه الإنتقائي, والتعميم الزائد, والتضخيم أو التقليل من أهمية ما يواجه الفرد ٠ومن أبرز مجالات استخدام العلاج المعرفي هو في مجال العلاج الاسري حيث يتم التركيز على أنماط التفاعل, وعلى العلاقات الاسرية والجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية٠ ويركز المعالج المعرفي على البنية المعرفية للفرد, والتي تتمثل في معتقداته الاساسية, حيث يستخدم استراتيجيات من أبرزها استراتيجية تستهدف إعادة بناء المعتقدات المشوهة للفرد لتحسين السلوك المضطرب لديه٠ وهذا ما تم الارتكاز عليه في جلسات البرنامج الإرشادي المعد في هذه الدراسة٠

العلاج القائم على تعديل الجوانب السلوكية والمعرفية Cognitive behavior modification

تستند مبادئ العلاج التي تستهدف تعديل الجوانب السلوكية والمعرفية في الفرد, على فكرة أن تغيير أنماط التفكير والعمليات المتضمنة في حل المشكلات, تغير سلوك الفرد باتجاه يحقق له التوازن الذاتي مع نفسه ومع ما يحيط به٠من هنا فان تعديل السلوك المعرفي يكون فعالا من خلال تغيير نمط التفكير السلبي مما يؤدي الى تغيير في السلوك اللاتكيفي٠ ويرى

بلكن (Belkin(1988 أن هناك أمكانية لتقليل الضغوط النفسية التي يتعرض لها الانسان وزيادة مستوى الضبط الذاتي لديه,عندما يصبح الانسان قادرا على تنمية مقدرته على التفكير المنطقي٠وتعتبر إستراتيجية إعادة البناء المعرفي من أبرز الاستراتيجيات المستخدمة في تعديل السلوك المعرفي, وتستهدف تغيير الافكار الذاتية لتغيير ردود الافعال السلوكية والإنفعالية باتجاه يحقق الرضا لصاحبها٠

وتستخدم مبادئ العلاج السلوكي المعرفي في مجال العلاقات الزوجية, حيث ترى حمامصي (Hamamci(2005 أن أنماط التفاعل بين الزوجين تقوم على حقيقة أن السلوك الموضوعي الظاهر بينهما يعبر عن خبرة ذاتية تختلف عند كل منهما تبعا لإختلاف نظرتهما الى ما يجري بينهما٠ ويعود هذا الإختلاف في وجهات النظر, الى وجود معيقات إدراكية تعرف بالتشويهات المعرفية cognitive distortions وهي إدراكات تؤثر على تصور الزوجين لطبيعة العلاقة بينهما, وتبتعد بعمليات التفاعل بينهما عن مسارها الإيجابي مما يؤثر على الجوانب المختلفة في الحياة الزوجية, وما يترتب عليها من علاقات مختلفة كعلاقة الآباء بالأبناء وعلاقة الأبناء بعضهم بالبعض٠ ويصبح الزوجان فريسة للإضطرابات النفسية, ويتحول الأبناء الى لقمة سائغة في محيط الإضطرابات السلوكية٠ وعلى الرغم من أن مفاهيم وطرق العلاج السلوكي المعرفي تم تطويرها أصلا لتستخدم مع أنواع متعددة من الإضطرابات، إلا أنه في العقد الاخير من القرن الماضي ظهر الاهتمام في إستخدام هذه المفاهيم والطرق في تفسير العلاقات الزوجية، وما يحدث بين الزوجين أثناء عمليات التفاعل اليومية٠ويعتبر إستخدام النظريات المعرفية في تفسير ما يحدث في العلاقة الزوجية إمتدادا لتوسيع مجالات إستخدام النظريات المعرفية لتفسير ما يحدث في العلاقات الشخصية بشكل عام٠

وتستند النظريات المعرفية بشكل عام إلى النظر الى ما يحدث في داخل الفرد, في مجالي الإدراك والشعور عند التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة, من خلال عمليات معالجة للمعلومات المختلفة٠ أما في مجال العلاقات الزوجية فإن العلاج السلوكي المعرفي الزواجي يستخدم عمليات التقييم المرتكزة على التقريرالذاتي, وعلى الملاحظات السلوكية٠ وزاد الإهتمام بنظام فك الرموز,من خلال الاستناد الى الادلة التي تثبت صحة أو عدم صحة إدراك ما يتم إدراكه في الموقف, بعد أن يتم الابلاغ عنه من خلال التقرير الذاتي للمسترشدين٠ وأن قبول مستويات الذاتية وما يدورفي نظام التقرير الذاتي أمران مهمان عند محاولة فهم ما يحدث في العلاقة الزوجية, وما قد يترتب عليها من حالات انسحاب Withdrawal وتصعيد Escalation,

والتزام Commitment، وأصبحت هذه المفاهيم في العلاقات الزوجية تشكل جزءا رئيسيا من فهم المعالج الزواجي لما يحدث بين الزوجين (Bellack et al., 1998) Weiss and Heyman as cited in

يركز العلاج السلوكي المعرفي على ثلاثة محاور أساسية يتم تعامل الفرد من خلالها مع ما يحيط به (Dattilio and Freeman(2000، **بالنسبة الى المحورالاول**, فانه يتمثل في تسليط الاهتمام على ما يحدث في داخل الفرد من خلال الأبنية المعرفية Schemata ٍ,والافكار التلقائية, Automatic thoughtsِ، ويرى داتيليو وفريمان (Datillio and Freeman(2000 أن الابنية المعرفية هي مجموعة أبنية إفتراضية توجه وتنظم معالجة المعلومات وفهم الخبرات الحياتية, وأن هذه الحصيلة المعرفية تكّون مجموعة من التشويهات المعرفية cognitive distortions تظهر على الفرد, وقد تزيد أو تنقص من مستوى مقدرته على مواجهة مختلف المواقف الحياتية، وتمثل هذه الابنية المعرفية القواعد الاساسية للحياة, وتبدأ في التكوّن كقوة معرفية وسلوكية من البدايات الاولى في حياة الفرد, وتتثبت لديه في سنوات الطفولة المتوسطة، وتأخذ التشويهات المعرفية مظهر الافكار التلقائية التي تتمثل في معتقدات لاعقلانية irrational beliefs تستحضر من الذاكرة أثناء مواجهة المواقف, وتستخدم في تفسيرها, وتبعا لهذه التفسيرت يتم صياغة الاستجابة الفردية, وعليه فإن الإستجابة لا تكون للموقف بحد ذاته, بل للطريقة الفريدة والفردية التي يتم النظر من خلالها الى الموقف،

أما المحور الثاني , فانه يركز على العلاقة الشخصية غير الفاعلة مع الاخرينوالنمط الفردي في التواصل معهم كما ترى حمامصي(Hamamci(2005 ، وفي مجال العلاقات الزوجية يكون تركيز العلاج السلوكي المعرفي على العناصر المعرفية للعلاقات غير الفاعلة بين الزوجين, حيث يحدث الاضطراب أثناء التفاعل بينهما، ويرى ديجسبي وزي DiGuiseppe and (Zee(1986, أنه عندما يكون لدى أحد الزوجين أو كلاهما معتقدات غير عقلانية, تتسم بالمبالغة والتعصب وتفتقر إلى المنطق، وتكون على صورة أفكار مطلقة فإنه ينتج عنها خيبة أمل وإحباط تؤثر سلبا على التفاعل بينهما، **أما المحور الثالث**, فإنه يركز على تغيير السلوك الخارجي لتحسين التعامل في مجال العلاقة مع الذات ومع الاخرين، ويتم من خلاله تعلم سلوكات وإستجابات جديدة, وتجربة هذه السلوكات, وتقييم نتائج هذه التجربة وتنمية وإستخدام المصادر المتاحة للفرد،

وترى حمامصي (Hamamci(2005 أن العلاج المعرفي يهدف الى تصحيح الإدراكات الخاطئة والإشارات الذاتية, من خلال إستخدام طريقة مباشرة تهدف إلى تعديل الإنفعالات

والسلوكات غير الفاعلة٠ ويرى كوري (Corey (2000, أن دور المعالج المعرفي هو تعليم المسترشد كيفية تمييز الجوانب المعرفية غير الفاعلة والمشوهة, من خلال التقييم, ومن خلال بذل الجهود المشتركة , بحيث يتعلم المسترشد التمييز بين أفكاره الخاصة والاحداث التي تحدث في الواقع, ويصبح المسترشد مدركا لتأثير الجوانب المعرفية على مشاعره وسلوكه وحتى على الاحداث البيئية٠

وعلى الرغم من كثرة الدراسات التي بحثت في الجوانب السلوكية وتأثيرها على العلاقات الزوجية, فإن دهل و ويز (Dehle and Weiss(2002، يريا أن فحص الجوانب المعرفية والإنفعالية لازال حديثا وأقل تحديدا، رغم أن هذه الجوانب تحول دون التغيير بإتجاه إيجابي في العلاقات الزوجية٠من هنا تأتي ضرورة إهتمام المعالج الزواجي بنمط التفاعل بين المشاعر والسلوك والجوانب المعرفية في العلاقة الزوجية (Bellack et al.,1998) ٠

وتشيرحمامصي (Hamamci (2005, إلى وجود دراسات تؤكد وجود تأثير سلبي للمعتقدات اللاعقلانية وغير الفاعلة على إحداث الهموم الزوجية, وأن أسباب هذه الهموم تنتج عن جوانب معرفية تتمثل في توقعات غير واقعية، يحملها الزوجان ليس فقط عما يتعلق بأنفسهم والاخرين, بل تمتد لتشمل العلاقة الزوجية بحد ذاتها٠

وترى نولر وزملائها (Noller, et al.(1997,أن الأبحاث حول العلاقات الحميمية يتم التركيز فيها عادة إما على الجانب الإنفعالي وإما على الجانب المعرفي كل على حدة, وكأن الباحثون يشجعون على الفصل المصطنع بين هذين الجانبين في العمليات المتعلقة بالآداء الزواجي٠ وردا على ذلك فقد عرضت نولر وزملائها(Noller, et al.(1997 , نموذجا تتفاعل فيه الجوانب الإنفعالية والمعرفية, لدى الازواج الذين يعانون من صراعات زوجية, للحصول على إنتباه إنتقائي selective attention, وإستحضار الذاكرة للاحداث السلبية في العلاقة، مما يزيد من حدة الإثارة الإنفعالية, ويقلل من إمكانية حل المشكلات الزوجية٠ وفي هذا النموذج تم تحديد عمليتي معالجة أساسيتين أثناء التفاعل بين الزوجين, حيث تتضمن المعالجة الاولية التنبه الى المثيرات ذات العلاقة بالموقف, وتكوين تمثيل ذهنى لها, من حيث إيجابيتها أو سلبيتها, أو توقعها أو عدم توقعها, أو أنها تمس الذات أم لا٠ ويرى لازاروس وسميث (Lazarus and Smith(1988 أن ما يحدث أثناء هاتين العمليتين هو عملية تقييم Appraisal, فإذا كان تقييم الموقف يتضمن إشارة مباشرة الى ذات الشخص, فإن الإنفعالات حينئذ تتقد وتزداد حدة الموقف, وإذا كان العكس, فإن ذلك يكون بمثابة التهدئة وعدم التصعيد٠

و وصف إبستين وبوكوم .Epstein et. al(as cited in Halford and Markman, 1997) خمس فئات إدراكية هي عبارة عن عمليات معرفية يتم من خلالها التعامل مع ما يحدث في العلاقة الزوجية, ويتم تفعيلها من خلال أفكار لاعقلانية أو تشويهات معرفية, خاصة بالعلاقات الزوجية, ويكون لها دورا سلبيا, وتحول دون التفاعل الإيجابي بين الزوجين، وعدم الرضا وصعوبة التكيف الزواجي. وتبدو أهمية تعرّف الازواج على مثل هذه العمليات المعرفية, كونها تساعد في حل الخلافات التي تحدث بين الزوجين. ويرى داتيليو وفريمان, Datellio and Freeman(2000) أن هذه العمليات المعرفية الخاصة في العلاقا ت الزوجية تتمثل في عمليات الإنتباه الإنتقائي والإفتراضات, والعزو، والمعايير, والتوقعات .وفيما يلي توضيحا لآليات عمل هذه التشويهات وتأثيرها على التفاعل الزواجي، حيث أن البرنامج الإرشادي الخاص بهذه الدراسة يركز على تعديل مثل هذه التشويهات لتحسين التعامل بين الزوجين.

١- **الانتباه الانتقائي Selective Attention**: يشير هذا المفهوم الى عملية التركيز على مجموعة من سلوكيات الزوج أو الزوجة أثناء عمليات المعالجة المعرفية للأحداث التي تقع بينهما.وترى حمامصي (Hamamci(2005، أن الإنتباه الإنتقائي يتمثل في الطريقة الفريدة في إدراك وتصور كل من الزوج والزوجة للمواقف والأحداث التي يواجهانها في علاقتهما معا.ويرى هالفورد وماركمان وحمامصي وزملائه, وحمامصي, Halford and Markman(1997); Hamamci(2005) أن الإنتباه الإنتقائي يعني التركيز على أجزاء فرعية من سلوك الشريك أثناء عملية المعالجة المعرفية للموقف. ورغم أن هذه المعالجة قد تكون آلية تكيف في العلاقة الزوجية, إلا أنها تتحول الى مشكلة إذا إتسم هذا الإنتباه بالتحيز المنتظم، من خلال إفتراضات غير دقيقة أو معاييرغير واقعية, أو من خلال جو تسيطر عليه الإنفعالات الحادة. فمثلا إذا كان أحد الزوجين يفترض أن الأشخاص الذين يحبون بعضهم البعض، عليهم أن يعبروا لفظيا عن هذا الحب, فإنه يتنبه دوما إلى العبارات اللفظية للطرف الاخرالذي يعتقد بأنها تعبرعن معنى هذا الحب, في الوقت الذي لا يكون فيه أي إنتباه للسلوكات الاخرى غير اللفظية, كالقيام مثلا بعمل ما يفضله شريك الحياة.

٢- **الإفتراضات Assumptions**:تم تعريف الافتراضات على أنها مجموعة معتقدات أولية لدى كل من الزوج والزوجة حول طبيعة الكلمات والإرتباطات بين الأحداث وسمات العلاقة الحميمية. Epstein, et. al. As cited in Halford and Markman, 1997); Hamamci,(2005). وتتكون الإفتراضات من خلال خبرات الحياة التي نعيشها أو نلاحظها في الأخرين, أو من خلال مشاركتنا في العلاقات المختلفة. وتصبح هذه الإفتراضات مشكلة عندما تبنى على

معلومات غير دقيقة, ولا تمثل حقيقة العلاقة الزوجية بشكل عام أو العلاقة الزوجية عند بعض الأشخاص بشكل خاص. فمثلا إذا نشأ شخص في بيت كان فيه عدم الإتفاق يؤدي إلى خلاف مدمر, فإن مثل هذا الشخص قد يفترض أن التعبيرعن عدم الإتفاق مع الشريك يكون مدمرا للعلاقة الزوجية. وقد يمتنع عن مناقشة ما يحدث بينهما. وبمرور الوقت يؤدي عدم التعبيرعن الأفكار والمشاعر المتعلقة بالمواقف بين الزوجين إلى تفاقم الخلافات بينهما.

٣- **الإستدلال الإنفعالي Emotional reasoning**: تم إضافة هذا التشويه المعرفي لتأثيره الفعال على العلاقات الشخصية بما فيها العلاقة الزوجية والعلاقة مع الأبناء. ويشير هذا التشويه, إلى عملية ذهنية موجهة بالحوار الذاتي للبحث عن أسباب تبدو منطقية لسلوك يستدل من خلاله على وجود مشاعر معينة لدى صاحبه. .(Dattilio and Freeman,2000)

٤- **المعايير Standards** : تتمثل المعايير في تأثيرها على العلاقة الزوجية كونها معتقدات يحملها كل من الزوج والزوجة حول السمات التي يعتقد كل منهما بأنها يجب أن تتوفر في الطرف الاخر(Hamamci(2005. ويرى إبستين وزملائه Epstein, et al. (as cited in Halford and Markman1997), أن المعايير بشكل عام يكون لها وظيفة إيجابية في العلاقات الحميمية, خاصة عندما تتضمن قواعد أخلاقية لما يجب أن يكون عليه سلوك الزوجين مع بعضهما البعض، كالتعامل بإحترام، وتجنب سلوكيات الإساءة. لكن المعايير تتحول الى مشكلة عندما يكون لدى كل من الزوجين معاييرا تتسم بالمبالغة أو تفتقر الى الواقعية.أو عندما لا يشعر أي منهما بالرضا لان المعايير التي يتبناها لا تجد مكانا لها في علاقتهما الحميمية. ويرى بوكوم وآخرون Baucom et al. (1996) أن درجة الرضا عند الزوجين إزاء الإحساس بتوفرمعايير كل منهما الخاصة داخل العلاقة الزوجية, يعتبر منبئا حقيقيا لمستوى التكيف الزواجي، أكثر مما هو الامر فيما يتعلق بالمبالغة في هذه المعايير, أو التفاوت بينها وبين المعايير التي يحملها الطرف الاخر.

٥- **العزو Attribution** : يشير مفهوم العزو إلى عملية البحث عن الأسباب التي تفسر بعض الأحداث. أما في سياق العلاقة الزوجية، فإن العزو يشير الى المحاولات التي يقوم بها الزوجان لإيجاد تفسير لعلاقتهما معا Weiss and Heyman (as cite in Bellack, et al. 1998) . وأشارت نولر وزملائها Noller, et al. (1997),إلى أهمية التمييز في عمليات العزو بين السببية والمسؤولية causality and responsibility. وفي العلاقة الزوجية فإن تحديد المسؤولية يكون أكثر أهمية من البحث عن الأسباب. أما حمامصي (Hamamci(2005, فترى أن العزو هو

تفسير الشريك للأحداث التي يلاحظها في علاقته مع شريكه، كما أن العزو يتمثل في الإستنتاجات الأولية التي يقوم بها الزوج أو الزوجة لتفسير سلوك الاخر, أو لتفسير الأحداث التي تقع بينهما٠ وتؤكد الدراسات التي فسرت ظاهرة العزو وتأثيرها على العلاقات الزوجية, أن الهموم الزوجية مرتبطة بوجود نزعة للقيام بعمليات عزو سلبية ثابتة للمشاكل الزوجية, ووجود نزعة لإلقاء اللوم على الطرف الاخر٠ وقد أطلق على هذا العزو للسمات السلبية لدى شريك الحياة, إصطلاح المحافظ على الهموم الزواجية (Holzworth and Jacobson,(1985٠ ويؤدي هذا النمط من العزو الى تبادل السلوك السلبي بين الزوجين (Bradbury and Fincham,1992) ٠

٦- التوقعات Expectancies:

يشير مفهوم التوقعات في العلاقة الزوجية الى البراهين التي يجمعها الزوجان حول أحداث المستقبل وسلوك الشريك٠ وعندما تستند هذه الادلة إلى الملاحظات الصحيحة حول الشريك والتي يكون قد جمعها مع مرور الوقت عن العلاقة الزوجية, فإن مثل هذه التوقعات تسهم في علاقة زوجية تتناغم فيها سلوكات كل من الزوج والزوجة٠ إلا أن هذه التوقعات تصبح لاتكيفية عندما تستند الى معلومات غير دقيقة, أو تكون إفتراضات محضة٠ فمثلا الشخص الذي يكون قد تربى في اسرة تتسم بتصعيد الجدال, قد يصبح لديه إفتراض, هو أن الناس يستجيبون بطريقة هجومية عندما يتعرضون الى الإنتقاد, ويترتب على هذا الإفتراض أن هذا الشخص قد يتنبأ بمثل هذه الطريقة الهجومية, وقد يختار عدم الإفصاح عن أي بادرة لعدم الرضا حول سلوك شريكه Epstein, et al. (as cited in Halford and Markman,1997)٠ويترتب عليه عدم الإحساس بالآمان في التعبير عن الأفكار والمشاعر المتعلقة بما يجري داخل العلاقة الزوجية٠ ويرى القشعان (2008)، أنّ العلاقة الزوجية تكون محفوفة ببعض المخاطر النفسية بسبب الإختلاف في توقعات الزوجين عن واقع وطبيعة العلاقة الزوجية نفسها, وعن الطرف الأخر من جهة أخرى٠

من خلال ما تقدم يتبين أن الجوانب المعرفية تسهم إلى حد بعيد في التاثيرعلى ديناميكية الخلافات الزوجية, إذ قد تزيد من حدتها, وتعاظم من مستوى عدم التكيف بين الزوجين, أو قد تحدّ من إختلاف وجهات النظر بينهما, إذا فعّلت بإتجاه إيجابي٠ وعلى المعالج الزواجي التنبه إلى تأثير العمليات المعرفية المختلفة: كالإنتباه الإنتقائي والعزو والتوقعات والمعايير والإفتراضات, وطريقة تفاعل هذه العمليات المعرفية مع ما يحمله الزوجان من أفكار تلقائية مشوبة بالتشويهات المعرفية٠ وقد تم التركيز في برنامج الإرشاد الجمعي المعد لغايات هذه الدراسة على هذه العمليات المعرفية,الخاصة بين الزوجين، من هنا فإن أهمية هذه الدراسة ومبرراتها تتمثل في حاجة المتزوجين الى التعرف على سلبية التشويهات المعرفية وفعاليتها في

العلاقات الزوجية, والتدريب على اليات تعامل إيجابية تحقق التكيف الزواجي, من أجل التحكم في تأثيرالتكيف الزواجي السلبي على الصحة النفسية، لكل من الزوجين والأطفال, وعلى العلاقة بين الآباء والأبناء، كما هو مبين في الصفحات التالية من هذا البحث۰

التكيف الزواجي وتأثيره على الصحة النفسية لأفراد الاسرة

يرى شيك (Shek(1999 أن الباحث عندما يحاول فهم ما يدور في أسرة ما, فإن عليه التركيز على ثلاثة مستويات من الفهم: يتمثل المستوى الاول في التركيز على الآداء الفردي لكل فرد من أفراد الاسرة، كالبحث عن الخلل في الأداء النفس-إجتماعي, والصحة النفسية الذاتية۰ ويتمثل المستوى الثاني, في البحث في درجة التفاعل الثنائي بين أفراد الاسرة, كعلاقة الزوج بالزوجة, أو الآباء بالأبناء۰ ويتمثل المستوى الثالث, في البحث في الأداء الاسري بشكل عام, كالبحث في كفاءة الاسرة وتماسكها والجو السائد فيها۰ ويرى كفافي (1999) أن ما يفسر الإضطراب الذي يحدث داخل الاسرة، هو في أغلب الظن يفسر الإضطراب الزواجي, أي أن ما ينطبق على النسق الاسرى في هذا الموقف، ينطبق على النسق الزواجي فيما عدا وجود الأطفال, حيث يضيف وجودهم بعدا جديدا لصورة منحرفة أو مضطربة۰ وذكر كل من جرين وكوليفزون (Green and Kolevzon(1986 أن علاقة الآباء بالأبناء والتواصل بينهما، عاملان مهمان يساعدان في التنبؤ بمستوى الكفاءة التي تتمتع بها الاسرة, وتؤثر على نظرة كل من الآباء والأمهات والأطفال والمراهقين الى مستوى هذه الكفاءة۰ويؤكد فيلدمان وزملائه . Feldman, et al.(1990), أن تكيف الام الزواجي مرتبط بأداء الاسرة بشكل عام۰

التكيف الزواجي وتأثيره على الصحة النفسية للزوجين

أجرت سشوب (Schaupp (1985 دراسة للتعرف على نوع الزواج الذي يشعر به الزوجان بتحقيق الذات لديهم، ولا يقبلون بدورهم الاجتماعي الذي حدد لهم, وإنما يقومون من خلال علاقتهم الزوجية بتطوير خصائص شخصية وقيما تحقق لكل منهما الصحة النفسية, وتتناسب مع علاقتهما معا۰

وفي دراسة أجراها هافنر وسبنس (Hafner and Spence (2006 هدفت الى التعرف على المدة الزمنية للزواج، وتأثيرها على ظهور الأعراض المؤشرة على مستوى الصحة النفسية لدى الزوجين, تراوحت الفترة الزمنية لعمرالزواج بين قصيرة ومتوسطة وطويلة المدى۰وتبين أن العلاقة بين الأعراض النفسية والتكيف الزواجي, كانت ثابتة نسبيا مع مرور الوقت لدى الزوجات۰وكانت هذه المتغيرات أكثر دلالة على الرضا الزواجي لديهن۰ وبالنسبة للزواج قصير المدى, فقد كانت الأعراض النفسية بما فيها القلق المرضي لدى الزوجات, والإكتئاب لدى

الأزواج, منبئان أساسيان عن الرضا الزواجي. أما الزواج متوسط المدة الزمنية, فقد كان مستوى العدائية منبئا أساسيا عن الرضا الزواجي. وبالنسبة للزواج طويل المدى, فقد كانت العوامل الشخصية (بما فيها تأكيد الذات عند الأزواج, والمرونة لدى الزوجات) هي المنبئ الأساسي عن الرضا الزواجي. وأظهرت نتائج الدراسة، أن المتزوجين الذين يستخدمون التعبير الإنفعالي عن مشاعر العدائية في إطار العلاقة الزوجية, غالبا ما يستمرون في هذه العلاقة, ويكونون أكثر نجاحا في علاقاتهم من أولئك الذين يفشلون في هذا المجال, حيث يساعدهم ذلك على إيجاد حلول بنّاءة للصعوبات التي يواجهونها.

ويرى بتزر وكوبر Butzer and Kuiper(2008) أن المتزوجين الذين اعترفوا بوجود مستويات أقل من الرضا في حياتهم الزوجية, يتصرفون بشكل عام بطريقة أقل إيجابية تجاه بعضهم البعض, ويظهرون مستويات أعلى من المشاعر السلبية, ومستويات أقل من الثبات في علاقتهم الزوجية. ويؤثر التكيف الزواجي بطريقة مباشرة أو غير مباشرة على أداء المهام الوالدية, إذ قد يؤثر على مستوى الدعم الإنفعالي والعملي الذي تتلقاه الام. ويرى بلسكي Belskey,(1981) أن تدني مستوى التكيف الزواجي يؤثر على مدى حساسية الام وعلى مستوى مشاعر الامومة لديها تجاه أطفالها. وأشارت نولر Noller(1980) الى أن الإتفاق على التواصل بين الزوجين, يتأثر بالنية الموجودة عند كل منهما, ويكون أفضل لدى المتزوجين الذين يشعرون بالرضا عن علاقتهم، اكثرمما هو لدى المتزوجين الذين لا يشعرون بمثل هذا الرضا.

ووجد وييز وهيمان Weiss and Heyman (as cited in Bellack et al. 1998) أن التكيف الزواجي يؤثرعلى طبيعة التواصل الإنفعالي ودقته بين الزوجين. كما أن المستويات الاولية للهموم الزواجية تنبئ عن مستقبل مستويات الإكتئاب في العلاقة الزوجية فيما بعد. وأظهرت دراسات أخرى أن عدم التكيف الزواجي وتراكم الهموم الزوجية تؤدي بالزوجين إلى تطوير أعراض الإكتئاب وليس بالعكس. كما أن هناك عددا من العوامل تجعل الهموم الزوجية ذات تأثير مباشر على الإصابة بالاكتئاب. وتتمثل هذه العوامل في تدني مستويات الدعم الزواجي، من خلال مستويات التماسك والتعبيرعن العواطف, وتراكم المساعدات وتقدير الذات والإعتمادية والحميمية, ومن خلال المستويات المرتفعة من النزاعات الزوجية المتمثلة في الجدال والخوف من الإنفصال و تلويث سمعة الشريك والمقاطعة الحادة لنمط السلوكيات الزوجية. وعندما تجتمع هذه العوامل في العلاقة الزوجية مع عوامل أخرى من خارج هذه العلاقة فانها تؤثر الى حد بعيد على مستوى الإكتئاب الذي يصيب المتزوجين.

يتبين مما سبق أن الفترة الزمنية للزواج تؤثر على مستوى التكيف الزواجي, ويؤثر هذا بدوره على مستوى ما يتمتع به الزوجان من صحة نفسية. وقد يعود ذلك الى أن الزوجين إستطاعا خلال فترة زواجهما تطوير إستراتيجيات تعامل بينهما، تساعد كليهما على التعامل بطريقة بناءة, وتبعد بهما نسبيا عن الوقوع فريسة للإضطرابات، وتساعدهما في التعبيرعن المشاعر السلبية التي تظهر أثناء تفاعلهما الزواجي.

من ناحية أخرى تبين أن التكيف الزواجي يختلف تأثيره على كل من الزوجة والزوج, من حيث الإيجابية أو السلبية, ففي حين أن وجود مستوى جيد وإيجابي من التكيف الزواجي يساعد الزوجين معا على تطوير قدراتهم للوصول الى تحقيق الذات، فإنه يساعد الزوجات على تحقيق نزعة الانوثة و إظهار النزعة الطبيعية لديهن في رعاية الاخرين والعناية بهم. كما أن التكيف الزواجي السلبي يؤدي الى ظهورالإضطرابات النفسية عند الزوجات, كالمخاوف المرضية وأعراض القلق والعدائية وعدم الإيجابية, وعدم الثبات في العلاقة. ويؤثرعلى أداء المهام الوالدية من قبل الزوجين, والحساسية تجاه الأمومة والأبوة, وعلى طبيعة التواصل الإنفعالي بين الزوجين, ويؤدي الى الإصابة بالاكتئاب(خاصة عند الزوجات), من خلال قلة الدعم الذي تتلقاه الزوجة.

التكيف الزواجي وتأثيره على الأطفال

يرى الصبيحي (2008) أن نمط التفاعل بين الزوجين مؤشر أولي على التكيف الزواجي بينهما، أي إذا كان نمط التفاعل يسير بتناغم وإنسجام, يتمكن الزوجان من مواجهة المواقف الحياتية المختلفة. وينعكس ذلك إيجابيا على كل ما يحيط بهما. أما إذا إفتقرت الحياة الزوجية الى التناغم والإنسجام، فذلك مؤشرعلى إفتقار العلاقة الزوجية الى التكيف الزواجي, ويؤثر سلبا على كل من له إرتباط بهذه العلاقة وخاصة الأطفال, حيث يؤدي بهم الى الإصابة بالإضطرابات الإنفعالية، وبضعف التكيف الاجتماعي (Eiden, et al.,1995).

ويكون تأثير العلاقة بين الزوجين على الأبناء من خلال ممارسة الوالدين لمهامهم الوالدية. وترى فروش (Frosch(1997، أن الوالدين عندما يكونان غاضبين من بعضهما البعض بعد نزاع لم يتم التوصل الى حل له, تكون إستجاباتهما لأبنائهما أقل إيجابية, كما يقل تواجدهما في التفاعلات اللاحقة معهم. وقد يؤدي ذلك إلى التنازل عن ممارسة المهام الوالدية, من خلال سيطرة المزاج السلبي, وتشتيت إنتباه الوالدين نتيجة الخلافات.

ويؤكد كمنجز وآخرون Cummings, et al. (2008) أن الصراعات الزوجية تؤثر على جودة الحياة لكل من الآباء والأبناء. وأن النزاع عندما يكثر بين الوالدين, ويكون حادا وطويل المدى

فإنّه يزيد من الصعوبات السلوكية والإنفعالية, ويؤثر على مشاكل التكيف لديهم, أكثرمما هو الأمر في حالات طلاق الوالدين, أو وجود خلل في الآداء الزواجي (مثل الرضا الزواجي)٠ وإذا إقترن الصراع الزواجي بمشاكل أخرى تعاني منها الاسرة كالفقر والعنف, فإن النزاعات الزوجية يكون تأثيرها أكبر على الزوجين, وتزداد حدة تأثيرها على الأبناء٠

(Cummings, et al., 2000; Cummings and Davies, 1994).

ويذكر حجازي (2000) أن الأبناء هم الذين يدفعون الثمن الأكبر في حالات التفكك الزواجي, ويبدو ذلك بصور متنوعة تتراوح بين الإنكسار النفسي والأزمات النفسية, وبين سلوكات التمرد وسوء التكيف المدرسي والإجتماعي٠ ولا يقتصر تأثير النزاعات الزوجية على الأطفال عندما تكون نزاعات معلنة, تظهر من خلال الجدل أو أنماط تفاعل ظاهرة في سلوك الوالدين, ويشهدها الطفل, بل تمتد لتشمل النزاعات التي تأخذ شكل العدوانية المكظومة(الحرب الباردة), حيث تكثر الشكاوي والتبرم, ويتبادل الزوجان الإتهامات بالتقصير٠ ويبدو الصراع الخفي بينهما من خلال التعابيرغير اللفظية, مما يجعل الطفل يعيش في جو يشعر به بالتهديد وعدم الطمأنينة٠ ويلتقط بحساسيته المرهفة واقع الصراع والعدوانية الكامنة وراء الهدوء الظاهر بين والديه, مما يفاقم حالة القلق والإحباط ومشاعرالغيظ تجاههما٠ وفي الوقت ذاته يدرك الطفل أنه غير مسموح له بالتعبيراللفظي عما يحس به, وتكون النتيجة, سيطرة مشاعر الكآبة عليه, والإنطوائية, وفقدان الدافعية للتحصيل, والغرق في الهموم الذاتية وإجترار الالام٠

وذكرسكيرميهورن وكمنجز Schermerhorn and Cummings(2007), أن من فرضيات نظرية الآمان الإنفعالي Emotional Security Theory أن الصراع الزواجي يقلل من إحساس الأطفال بالآمان, وأن نقص الآمان الإنفعالي يؤدي إلى مشاكل في التكيف٠ كما أنّ الإطار العام للآمان الإنفعالي للطفل(بما في ذلك التعلق الآمن) يؤثرعلى جودة العلاقة بين الآباء والأبناء٠ وأنّ المشاكل السلوكية عند الأطفال تكون إنعكاسا لشخصيتهم, وللصراع الزواجي بين والديهم (Mowrer, 1937)٠ وأنّ نمط العلاقة بين الطفل ووالديه يتأثر بالصراع بين الزوجين, إذ يعيقهما عن أداء مهامهم الوالدية, والتعرف على نمط هذه العلاقة يساعد في التعرف على آليات تكيف الأطفال في مواجهة ما يحدث بين والديهم (Troxel and Mathews, 2004) ٠

ويؤكد كمنجز وديفيز Cummings and Davies (1994) أن الأطفال الذين ينتمون الى أسر يسود بين أفرادها نزاعات كثيرة، يصبحون أكثرعرضة للمشاكل السلوكية الخارجية(كالعدوان اللفظي والجسدي, وعدم الإطاعة, والإنحراف, ومعاناتهم من المشاكل الداخلية, كالقلق والإكتئاب)٠

وفي دراسة أخرى لديفيز وكمنجز (Davies and Cummings(1998 أشارا إلى أنه رغم كثرة الدراسات التي وجدت إرتباطا ضعيفا, وغير ثابت بين النزاعات الزوجية والأعراض النفسية غير الظاهرة عند الأطفال, إلا أن دراستهما أظهرت أن النزاعات الزوجية المدمرة تنبئ عن أعراض نفسية غير ظاهرة عند الأطفال, إضافة الى السلوكات الخارجية التي تظهر عليهم.

ويختلف تأثير النزاعات الزوجية على الأطفال من حيث جنس الطفل, ففي دراسة قام بها آماتو (Amato(1986 تبين وجود إرتباط سلبي بين النزاعات الزوجية وبين تقدير الذات بين الأبناء الإناث, وليس بين الأبناء الذكور. ووجد هذا الإختلاف بين المراهقين الذكور والإناث.

ويؤثر نمط النزاع بين الزوجين على نمط تعامل كل من الام أو الاب مع أبنائهما, فمثلا عندما يكون النزاع بين الزوجين متسما بالعدائية والإنسحاب, فإن الزوجة (الام) تجد صعوبة في التمتع بالدفئ والدعم, ولا تكون قادرة على التدخل فيما يعيشه الأطفال بشكل فعال. أما بالنسبة الى الزوج(الاب) فإن مقدرته على التدخل في الأبناء، تتأثر بشكل خاص بالإنسحاب والتجنب وليس بالعدائية (Browning, 2006). ويرى فنشام (Fincham (1998 أن تعريض الأطفال للنزاعات بين والديهم, يزيد من صعوبات التكيف لدى هؤلاء الاطفال بشكل عام, ويؤدي إلى نتائج خطيرة لدى نسبة قليلة منهم بشكل خاص.

من ناحية أخرى فإنّ الخلافات الزوجية لا تؤثرعلى الأطفال بنفس المقدار(مع الأخذ بالإعتبار تأثيرها على التكيف النفسي لهم بشكل عام)، بل تتحدد قوة تأثيرها من خلال مستوى تكرارها, وشدتها, والفترة الزمنية التي تستمر بها, ومحتواها وحلها أو عدم حلها من قبل الوالدين.وترتبط هذه العوامل جميعها بالتأثيرات على الأطفال, ولا يعمل أي من هذه العوامل منفردا, بل تتفاعل جميعها معا لتحدث تأثير عدم التكيف بنسب متفاوتة. فبالنسبة الى تكرار الخلافات الزوجية وشدتها, فقد أظهرت دراسات كثيرة وجود إرتباط إيجابي بين تكرار جدال الزوجين وبين مستوى تكيف الأطفال. وإرتبط تكرار الجدل بالمشاكل السلوكية, وبالغضب والإحساس بعدم الآمان والصعوبات الدراسية (Cummings and Davies,1994). وأن شدة الجدال تظهرمزيدا من الغضب والحزن والإهتمام لدى الطفل بما يحدث بين الوالدين, والإحساس بالعجز وإرتفاع مستوى المشاكل السلوكية.أما بالنسبة الى محتوى أو موضوع النزاع بين الزوجين, فإن هذا النزاع إذا كان مرتبطا بالطفل, فإن ذلك يسبب مستوى عال من إحساس الطفل بالخجل, ولوم الذات والخوف من أن يصبح جزءا من هذا الخلاف (Grych and Fincham, 1990). كما أن النزاعات الزوجية إزاء أمور تتعلق بالتنشئة الوالدية تعتبر منبئا جيدا على

صعوبات يعاني منها الطفل، أكثر مما هو الحال بالنسبة الى الأبعاد الاخرى في العلاقة الزوجية, كالهموم الزوجية بشكل عام. أو النزاعات التي لا يكون سببها الأبناء (Jourlies et al.,1991) .أما فيما يتعلق بحل النزاعات بين الزوجين, فإنّه أمر هام يتحدد من خلاله مستوى تأثيرهذه النزاعات على الأبناء, وتتراوح حلول النزاعات بين حلول جزئية وحلول كلية أو عدم إيجاد حلول, وقد تبين أن إيجاد حل جزئي أفضل من عدم إيجاد أي حل على الاطلاق، وهو مرتبط بتخفيف حدة الغضب عند الأبناء, مقارنة بعدم إيجاد أي حلول للنزاعات Cummings and Davies, 1994).

ويرى كمنجز (1987) Cummings أن عدم التكيف الزواجي قد يكون له تأثير مباشر على الأطفال من خلال خلق جو منزلي مشحون بدرجة عالية أو منخفضة من التوتر, أو من خلال تعاون الطفل في نمط التفاعل بين والديه.

ويرى كفافي (1999) أن مجموعة كبيرة من المتزوجين الذين أصيب أطفالهم بإضطرابات نفسية كالفصام, تميزت حياتهم بغياب التكيف كزوجين. وأنه عندما يعيش الطفل بين والدين يتمتعان بدرجة مناسبة من التكيف الزواجي, فإنه يكوّن إرتباطا آمنا بهما, ويحسّن من مقدرته على مواجهة المواقف الضاغطة. وترى بعض الدراسات أن التكيّف الزواجي له صلة بنوعية التفاعل بين الام والطفل. حيث أن الام التي لديها شعور بالآمان ودرجة مناسبة من التكيف الزواجي, يتسم تفاعلها مع أبنائها بالإيجابية, أكثر من الامهات اللاتي يفتقرن إلى التكيف الزواجي, (Eiden, et al., 1995). كما أن العلاقة الإيجابية مع الأبناء تقوي الإرتباط العاطفي بين الطفل وأمه, مما يؤثر بطريقة إيجابية على علاقة الطفل بكل ما يحيط به. ويرى ماهوني وآخرون (Mahoney,et al.(1997، أن الحياة الزوجية عندما تفتقر الى التكيف والإنسجام، فإن الأبناء يعيشون حالة من التشويش والحيرة, ويفتقرون الى المقدرة على إستيعاب ما يريده الوالدان كل على حدة منهم. ويجد الطفل صعوبة في تفسير وفهم الرسائل المتبادلة بينه وبين والديه. وأن الإختلاف بين الزوجين إزاء التوقعات المرتبطة بأسلوب تربية الأطفال, تؤدي الى ظهور كثير من المشاكل السلوكية عند هؤلاء الأطفال.وذكر جونسون ولوبيتز Johnson and (Lobitz (1974 أن نتائج بعض الدراسات أظهرت وجود علاقات إرتباط سلبية بين الرضا الزواجي وملاحظة مستوى الإنحراف السلوكي عند الأطفال. إضافة الى وجود علاقات إرتباط سلبية بين الرضا الزواجي وبين التعامل السلبي مع الأطفال.

ولا يقتصرتأثير الصراعات الزوجية على الأطفال على الجوانب النفسية, وما يترتب عليها من مشاكل سلوكية, بل يمتد تأثيرها إلى الجوانب المعرفية والجسدية عندهم. وقد قام تروكسل

وماثيوز (Troxel and Mathews(2004 بتطوير نموذج يبين تأثير الصراعات الزوجية التي لم يتوصل الزوجان إلى حلول لها، على الجوانب النفسية والمعرفية والجسدية للطفل. ويظهر النموذج كيف أن الصراعات الزوجية تؤثرعلى ممارسة الوالدين لمهامهم الوالدية بما فيها قلة الإشراف, وضعف إستخدام أساليب فعالة في تربية الأبناء, وزيادة التشدد, وعدم إيجابية التواصل بين الآباء والأبناء, وعجز الوالدين عن تقديم الحنان لأبنائهم, وهو ما يعرف بتأثيرات العلاقات الفرعية المختلفة المتضمنة في نظام العلاقة الاسرية الكلي على بعضها البعض Spillover Effects. وكل ذلك يؤدي إلى إحداث فوضى إنفعالية داخل وجدان الطفل. ويؤثرعلى الجوانب الإنفعالية والسلوكية والمعرفية لديه. ويعيش الأطفال خبرة التهديد بمغادرة أحد الوالدين للمنزل.ويكونون أكثرعرضة للمشاكل النفسية والجسدية.ويفشلون في تنمية الكفاءات الإجتماعية ومهارات التنظيم لإنفعالاتهم وسلوكهم. ويطورالأطفال معتقدات ثابتة إزاء السيطرة على المواقف, وكيف يتصرف الآخرون وما شابه ذلك. وفيما بعد فإن هذه المعتقدات الذاتية وخبرة الحياة تؤدي بهم الى تكوين أبنية معرفية إزاء العالم من حولهم تجعلهم على حذر من كل ما يحيط بهم.

وطوّر ديفيز وكمنجز (Davies and Cummings(1998 نموذجا للتعرف على تأثير النزاعات الزوجية على التكيف النفسي للأطفال من خلال السياق والجوانب المعرفية. ويبين النموذج كيف أن الأطفال يستمدون آمانهم الإنفعالي من سياق العلاقة بين الوالدين, ومن جودة علاقتهم الشخصية معهم. ويتوسط الآمان الإنفعالي عند الأطفال بين علاقات التكيف الزواجي وبين تكيف الأطفال النفسي. ويرى الباحثان أن الأطفال الذين يتربون في أسر تكثر فيها النزاعات الزوجية, يتعرضون أكثر من غيرهم لتطوير تمثيلات ذهنية تحتوي تقييمات غيرآمنة عن العلاقات الاسرية, بما فيها الخوف من زيادة حدة النزاعات وتحولها لتصبح أكثر عنفا، وقد تؤدي إلى الطلاق, أو تمتد تأثيراتها الى علاقة الآباء بالأبناء. ونتيجة لذلك فإن هذه التمثيلات الذهنية غير الآمنة تعرض الطفل لمشاكل عدم التكيف. أما الأبناء المراهقين, فقد تصيبهم الخشية من أن يصبحوا جزءا من النزاع بين والديهم. ويرى ديفيز وكمنجز Davies and Cummings(1998) أن الاطفال يهدفون الى الحصول على إحساس الآمان الإنفعالي الذي يشكل دافعا لما يقومون به من تصرفات أو من ردود أفعال. ويتم ذلك من خلال عمليات تنظيم إنفعالي Emotional regulation, يستجيبون بها لما يحدث بين والديهم من نزاعات. وتتمثل تصرفات و ردود أفعال الأطفال, في الخوف الشديد والهموم والحذر والعدائية الكامنة. وقد يري الطفل إمكانية تفاقم النزاعات الزوجية, وما قد يترتب عليها من عدم إيجاد حل لهذه النزاعات وطلاق

الوالدين, وعدم تواجدهما الجسدي والعاطفي حولهم، وما يتبع ذلك من تشتت أسري. ويرى كولن(Colin (1996 أن الاطفال قد يرون أن هذه الامور جميعها تنبئ بإنتقال تأثيرات مشاعر وسلوكات العدائية بين الوالدين الى التفاعلات بين الاطفال ووالديهم.

كذلك يكون الإحساس بعدم الأمان الإنفعالي كمتنفس للمبالغة في التنظيم الإنفعالي إزاء التعرض لمشاعر الوالدين, ويبدو ذلك من خلال التدخل الزائد في النزاع الدائر بينهما, أو في تجنب هذا النزاع والإنسحاب. ويمكن تفسير سلوك الأطفال هنا كأسلوب توسط يلجأون إليه في محاولاتهم لضبط إنفعالات الوالدين ليخففوا من النتائج السلبية اللاحقة على الاسرة.

أما بالنسبة للآبناء المراهقين, فقد وجد ديفيز وكمنجز (Davies and Cummings,(1998 أن التمثيلات الذهنية، تتمحور في مخاوف الإبن المراهق من أن يصبح جزءا من النزاع بين والديه, ويتوسط تدخل المراهق الإرتباط بين النزاع الزواجي وبين إنحراف وإكتئاب المراهقين.

ويرى جريش وفنشام (Grych and Fincham(1990 أن الزوجين عندما يفشلان في إيجاد حل للنزاعات بينهما, فإن ذلك يرتبط بنتائج عكسية في مجال الصحة النفسية للأطفال, ويعبر عن ذلك من خلال مشاعر العدوانية والعدائية والقلق والإكتئاب, مما يحدث خللا في الإستجابات العضوية, وخللا في أداء الناقلات العصبية, وينتج عن ذلك مشاكل جسدية يعاني منها الأطفال.

وهناك ظاهرة يعيش فيها الأطفال الذين يجدون أنفسهم بين والدين يعيشان حالات النزاع الزوجي, واتفق الباحثون على تسميتها بالعلاقة المثلثة أو التثليث Triangulation. ويرى الشناوي (1994), أن هذه العلاقة بين الزوج والزوجة والطفل, تظل أقل نشاطا وهدوءا عندما يكون الزوجان متفقين ومتحدين, ويمنع ذلك الطفل من أن يرتبط بأحد الوالدين على حساب علاقته مع الاخر. ويبحث الطفل حينئذ عن علاقة أخرى مع أقرانه في نفس المرحلة العمرية التي يعيشها. وهي ظاهرة صحية تساعد في النمو النفسي المتوازن عند الطفل. أما عندما تفتقر علاقة الزوجين الى الهدوء والإنسجام، فإن المجال يكون كبيرا أمام بروز ظاهرة العلاقة المثلثة.كما أن الوالدين الذين يعيشان في جو تسوده النزاعات الزوجية, يكونان عرضة للتعلق الجسدي والعاطفي بالأبناء كتعويض عن علاقتهم الزوجية المتردية (Minuchin, 1974). وقد أظهرت الدراسات أن التعلق العاطفي القوي بين الطفل وأحد الوالدين- عندما تكون العلاقة متردية بين الزوجين- يترتب عليه إهمال الطفل, حيث يقوم بتزويد البالغ (أحد والديه) بالدعم العاطفي والجسدي, مما يجعل الطفل يفقد خبرة ونمط الحياة تبعا للمرحلة العمرية التي يعيش فيها. وقد أطلق بيريس (Peris, et al.(2008 ، على هذا الوضع إصطلاح "parentification"

ويعني قيام الأبناء بتصرفات كتلك التصرفات التي يقوم بها الآباء مع الأبناء. أو بمعنى أخر قيام الآبناء بدور الوالدين لوالديهم٠٠

وتؤكد ويسترمان وشونهولتز Westerman and Schonholtz(1993) أن الإنشقاق الزواجي يؤثر على الأطفال لما ينطوي عليه أداء الام والاب عندما ينخرطان في تبادل العلاقة المثلثة مع الأبناء Triadic Exchange٠ وقد بحثت دراسات كثيرة في هذه العلاقة بجوانبها المختلفة, بما فيها التحويل وتقسيم الولاءات, وأن هذا البناء المعاكس يركز على فكرة أن الطفل لا يشارك فقط في علاقته بأمه أوبعلاقات ثنائية مع الام والاب, بل يمكن أن يفسر الإرتباطات التي تمت ملاحظتها بين التكيف الزواجي وآداء الطفل٠

أما عن الكيفية التي تحدث فيها ظاهرة العلاقة المثلثة, فترى بيرج كروس Berg-Cross(2001) أنه عندما لا يستطيع الزوجان العمل على حل أسباب النزاع بينهما, فانهما يلجآن الى الأبناء للحصول على الدعم وعلى التسلية أو من أجل التنفيس عما يشعران به٠ ويتم سحب الأطفال الى دائرة الصراع بين والديهم بطرق ثلاث هي: التحويل Detouring وتحالف أحد الوالدين مع أحد الأبناء, Parent- child coalition وتقسيم الولاء Split loyalties ٠ وترى بيرج كروس أيضا, Berg- Cross (2001) أن حالة التحويل تحدث عندما يقوم أحد الوالدين أو كلاهما بتعزيز السلوك المشكل عند أحد الأبناء في الاسرة, ويتم التركيز على هذا السلوك, مما يتيح للزوجين تجنب التحدث في أسباب النزاع في علاقتهما معا كزوجين، وتجنب القلق والتوترالذي يعتريهما, ويحولان هذه المشاعر لتتحول الى قلق مبعثه المشكلة التي يعاني منها الطفل٠ويؤثر هذا الوضع على الطفل من خلال المظهر السلوكي الذي يتفق الوالدان على أنه سلوك مشكل لديه, مما يوّلد التوتر في نفس الطفل، ويبدأ يعاني من القلق والإنسحاب الإجتماعي (Kerig,1995)٠ وتحدث حالة التحالف Parent – child coalition عندما يحدث التقارب بين أحد الأبناء وأحد الوالدين, بحيث يكوّنان فريقا واحدا يقف ضد الطرف الاخر, وتصبح العلاقة الثنائية Dyadic relationship في الاسرة مكونة من أحد الوالدين وأحد الأبناء, بدلا من أن تكون بين الام والاب٠ وتظهرالدراسات أن أكثر الأبناء المراهقين الذين يعانون من الإضطرابات النفسية يأتون من أسر يكون بها دليل على وجود ظاهرة التحالف هذه٠

ويفسر حجازي (2000) ظاهرة التحالفات بأنها تحدث عندما يقع الطفل أسير مشاعر الذنب الشديد الذي يرتد على ذاته, حيث يدينها ويلومها, ويشعر بأنه لا يستحق أي قيمة, وهي صورة أخرى للقلق الذي يشعر به الطفل إزاء ما يحدث بين والديه, وخوفه من تخلّي والديه عنه, ويفسرها كخيانة له (Betrayal)٠ وتنتابه مشاعر الحقد تجاههما٠ ويتفاعل كل ركن من أركان

ثلاثية إدانة الذات, وقلق الهجر, والحقد على خيانة الوالدين, لتعصف بالتوازن النفسي للطفل. وقد يلجأ الطفل للتعاطف مع أمه والتحالف معها, ويصل الامرالى حد بروز المعسكرات, حيث يزج بالأطفال في المعركة الناشبة بين الزوجين, في حين يكون الأطفال بأمسّ الحاجة الى مرجعية ثنائية أقطابها الأم والاب.

أما بالنسبة لظاهرة إنقسام الولاءات, Split loyalties فتشير الى نمط يكون فيه الطفل في موضع الوسط بين والديه, ويكون راغبا في إتخاذ موقف بجانب أحد الوالدين ضد الاخر, ويشعر بأن هذا الوضع مزمن ولا رابح فيه. وتفسر رعاية الطفل لاحد الوالدين على أنه خيانة للاخر, وغالبا ما يتسمر الأطفال عاجزين في مثل هذا الموقف (Berg- Cross, 2001) .

يتبين مما سبق أن تأثيرالنزاعات الزوجية وعدم التكيف الزواجي على الأطفال تحكمه عدة عوامل: كشدة الخلافات, ومدى التكرار فيها, والفترة الزمنية التي تستمر بها ومن حيث أسبابها وإيجاد الحلول لها. كما أن إفتقار الحياة الزوجية لعنصر التكيف الزواجي له تأثير سلبي على الأطفال, إذ يحول بين الوالدين وبين تقديم الإشراف المناسب على أطفالهم،مما يحول دون تطوير علاقة إيجابية بين الآباء والأبناء. ويؤدي عدم التكيف الزواجي الى إصابة الاطفال بالإضطرابات الإنفعالية وما ينتج عنها من مشاعرالقلق, والتهديد, وعدم الطمأنينة والإنسحاب والإنطوائية وفقدان الدافعية للتحصيل والإصابة بالأمراض النفسية العصابية كالإكتئاب والفصام. وغالبا ما يعيش أطفال المتزوجين الذين يعانون حالات عدم التكيف الزواجي, مظاهر العلاقة المثلثة بكل ما تحمله من تشتت لعالم الطفل الداخلي, حيث يعيش الطفل سجينا لمشاعر الحيرة والذنب والخجل إزاء ما يجري من حوله.أما التأثيرات الخارجية الظاهرة على الأطفال, فتتمثل بالعدوانية والإنحرافات السلوكية المختلفة, ويكون الأطفال أكثرعرضة للمشاكل الصحية, ويعجزون عن تنمية الكفاءات الإجتماعية ومهارات التنظيم لإنفعالاتهم وسلوكياتهم, ويؤدي عدم التكيف الزواجي بين الوالدين إلى حصول خلل في البنية المعرفية لدى الطفل, ويكوّن معتقدات ذاتية ثابتة إزاء السيطرة على المواقف, والكيفية التي يتصرف بها الاخرون, وهذا يؤثرعلى علاقته المستقبلية مع كل ما يحيط به.

أما بالنسبة لعلاقة الآباء بالأبناء المراهقين في ضوء ما يتمتع به الزوجان من تكيف زواجي, فإن نظرية الأنظمة الاسرية (Minuchin(1974 تفترض أن كل الأجزاء في الاسرة مرتبطة ببعضها البعض, وأن المشاكل في جانب من جوانب النظام الاسري, تؤثر على بقية الجوانب, كعلاقة الآباء بالأبناء. ويرى إيرل وبورمان وربيتي Erel and Burman,(1995); Repetti, (1989) أن المزاج والحنان والسلوك في موقف ما يتحول الى المواقف الاخرى، حيث يبدأ

بإضعاف الروابط بين الآباء والأبناء في الاسر التي يعاني الوالدان بها من الإنشقاق الزواجي٠ وأن العلاقة الزوجية عندما تتسم بالإنسجام فإن الأبناء يكونون أكثر قربا لوالديهم من الناحية الإنفعالية٠ ويكون العكس عندما يكون الشقاق بين الوالدين، ويؤدي إلى حالة من البعد العاطفي بين الآباء والأبناء٠ ووجدت بعض الدراسات أن نمط عدم الإنسجام في علاقة الآباء بالأبناء, هو أمرشائع في الاسر التي تتصف بمستوى عال من التوتر الزواجي.

(Belsky, et al., 1991; Cummings and Oreilly, 1997; Peterson and Zill, 1986).

وقد تنبه الباحثون في مجال العلاقات الاسرية, الى ضرورة البحث في التكيف الزواجي من خلال البحث في الاليات والتوجهات الفكرية المكونة لنمط شخصية كل من الزوج والزوجة, وتحدد بدورها نمط العلاقة بين الآباء والأبناء (Mowrer,1937)٠ وأجريت دراسات توضح التداخل بين التكيف الفردي عند البالغين, وبين دورهم الحيوي في علاقاتهم أثناء إشتراكهم في تبادل أدوارهم الوالدية, (Talbot and McHale,2004)٠ وتبين أن المستوى المتقدم من العلاقة الجيدة بين الزوجين, يظهر مستوى متقدم من جودة العلاقة بين الآباء والأبناء (Shek, 1998)٠ كما أن المشاكل الزوجية تحول دون الاب ودون مشاركته بمهامه الوالدية, مما يضعف جودة العلاقة بين الآباء والأبناء, ويتم ذلك من خلال ظاهرتي تأثيرأحد جوانب العلاقة على الجوانب الاخرى, والتعويض،(Coiro and Emery(1998٠ويصبح نمط السلطة الوالدية أقل ديمقراطية(Kitsmann, 2000)٠

ويفسر إيرل وبورمان (Erel and Burman(1995 هاتين الظاهرتين بالأشارة الى أن العلاقة الزوجية الضعيفة تهيئ الاجواء لتكوين إتجاهين متناقضين: فهي إما أن تضعف علاقة الآباء بالأبناء, وإما ان تقوّيها, بحيث يزيد حجم تدخل أحد الوالدين بكل ما له علاقة بالأبناء٠ ويسعى إلى إستثمار علاقته بهم ، ويعوض في حميمية هذه العلاقة عما يفتقده من الرضا في علاقته مع شريك الحياة، مما يؤدي إلى سعيه لتنمية علاقته الإيجابية معهم٠ وأن عمليه التعويض هذه تبعد الأنظار عن العلاقة الزوجية المتردية٠

أما بالنسبة لفرضية التأثيرات المتبادلة بين العلاقات الفرعية داخل النظام الكلي للعلاقة الاسرية, spillover٠فيرى إيرل وبورمان (Erel and Burman(1995 أن العلاقة الزوجية الإيجابية تؤدي الى وجود علاقة جيدة بين الآباء والأبناء٠ كما أن عدم الإنسجام الزواجي, يلقى بظلاله ليشكل علاقة مضطربة بين الطرفين٠ وأن هناك أدلة عملية على هاتين الظاهرتين, تبين أن الزوجين

الذين يتمتعان بعلاقة حميمية مرضية وداعمة, يكونان أكثر إستعدادا للإستجابة إلى حاجات أبنائهما٠

ويرى مين وآخرون Main, et al. (1985) إن إستجابة الوالدين للأبناء تتسم بشفافية كبيرة عندما يكون الوالدان قادرين على دمج خبرة التعلق العاطفي والأفكار او المشاعر المرتبطة بها وتحويلها إلى صور ذهنية متناسقة٠ ويرى آماتو Amato(1986) أن تأثير النزاع الزواجي يكون أقوى على الأبناء المراهقين, عندما تكون علاقة المراهق بوالديه ضعيفة٠ كما أن النزاعات الزوجية ترتبط بعلاقة سلبية بتقدير الذات, عندما تكون علاقة المراهق بكلا والديه جيدة٠ وترى ستيرج آبل وآخرون Sturg – Apple, et al. (2003) أن النزاعات الزوجية تؤثرعلى علاقة الام بأبنائها في سن ما قبل المراهقة, وترتبط سلبا وبطريقة غير مباشرة من خلال توسط ممارسة الإستجابات الوالدية وخبرة الام النفسية كأم٠

ويرى حجازي (2000) أن علاقة الآباء بالأبناء في ضوء التكيف الزواجي قد تظهرعلى هيئة التحالفات بين الوالدين كل على حدة، وبين أيّ من الأبناء في الاسرة٠ حيث يتوزع ولاء الأبناء بين الزوجين, ويتحالف بعضهم مع أحد الزوجين, في حين ينضم الاخرون الى الطرف الاخر, ويكون الأبناء في هذه الحالة بمثابة الوسيلة التي يستخدمها الزوجان في حربهما وإضطهادهما لبعضهما البعض, وينبذ الاولاد من طرف أحد الوالدين الذين لا يكونون من ضمن الفريق الذي تحالف معه٠ وتتراوح علاقة الآباء بالأبناء في هذه الحالة بين الرفض والتحالف, تبعا للجهة التي ينضم اليها الأبناء من ناحية الاب أو الام٠

وترى ستيرج آبل وآخرون Sturg-Apple, et al. (2006)، أن إختلاف نوع النزاعات الزوجية, يؤدي إلى إختلاف تأثيرهذه النزاعات، سواء على تربية الأطفال أو على طبيعة العلاقة بين الآباء والأبناء٠ ويرى بيريز وآخرون Perise, et al.(2008)، أن الآباء عندما يسعون للحصول على دعم الأبناء, فإن ذلك يرتبط بالصراعات الزواجية, وبتدني مستوى الدفئ العاطفي في علاقة الآباء بالأبناء٠

ومما يؤكد أهمية التكيف الزواجي وضرورة مساعدة المتزوجين على الوصول إليه ما جاء في دراسة سرينفازان وزملائها Srinivasan, et al.(as cited in Devore, 2006), حيث يرون أن العلاقة الزوجية القوية التي تتسم بدرجة عالية من التكيف الزواجي تؤمن جوا يملؤه الإنسجام والآمان لافراد الاسرة, كما أنها تقوي من نمط وروابط الوالدية, وهما أمران ضروريان لتكيف الاطفال٠ وحول أهمية وجود علاقة من عدم وجودها على الإطلاق, تشير نفس الدراسة إلى أن الصراع الزواجي, وضعف العلاقة الوالدية قد يلقي بظلاله على النظام الفرعي لعلاقة الآباء

بالأبناء, من خلال ضعف الأداء الوالدي, وإتكال كل من الأب والام على الآخر في أداء المهام الوالدية, وإهمال الطفل أو الإساءة إليه, مما يؤدي إلى معاناة الطفل من المشاكل الإنفعالية والسلوكية. ولأن الوالدين هما أكثر من يقدم أنماطا مختلفة من الدعم لأبنائهم تبعا للدورالجندري المنوط بهما, فإن العلاقة القوية بين المراهق ووالديه تؤمن للمراهق الحصول على التوازن من خلال توفير ما يحتاجه من الدعم والتوجيه لمواجه تحديات مرحلة المراهقة. ويشير وورنر Warner (1995) أن بعض الدراسات العملية والعيادية تقلل من تأثير العلاقة الزوجية الضعيفة على علاقة الآباء بالأبناء وما يتبعه من تأثيرعلى الصحة النفسية للطفل. وتؤكد ذلك دراسة إيدن وزملاؤه Eiden, et al. (1995) حيث تشير الى عدم وجود علاقات مباشرة بين التكيف الزواجي وبين جودة التفاعلات بين الام وأبنائها. إلا أن دراسات أخرى كثيرة تركز على ضرورة وجود علاقة جيدة مع أحد الوالدين أو مع كليهما, وأنه من الأفضل للأطفال أن تكون لهم علاقة قوية مع كلا الوالدين عندما تكون العلاقة الزوجية متردية. وحتى عندما تكون العلاقة بين الزوجين قوية فإنه من الضروري للطفل أن تكون له روابط قوية وفعالة, ويحافظ على تواصل إيجابي مع أحد الوالدين على الأقل, حتى يتم التأكد من حصوله على ما يحتاجه لنموه النفسي والإجتماعي. حيث أن الوالدين يتحملان مسؤولية تزويد الطفل بالتوجيه والدعم الإنفعالي.من ناحية أخرى فقد تبين أن المراهقين الذين لا يرتبطون بأي علاقة مع والديهم سواء كانت ثنائية أو ثلاثية, تظهر عليهم المشكلات السلوكية أكثر من المراهقين الذين تكون بينهم وبين والديهم علاقة ثنائية أو ثلاثية .Dyadic or Triadic relationship
Srinivasan, et al. (as cited in Devore,2006).

أما بالنسبة الى علاقة الامهات بالأبناء المراهقين فإن التنبه الى دور الام في الاسرة مقارنة بدور الأب, لا زال يثقل كاهل كثير من الأبحاث (Flora and Segrin,2005). ففي حين أن الصورة النمطية عن الأباء تصورهم على أنهم متسلطون وغير مرتبطين عاطفيا بالأبناء, فإن الصورة النمطية عن الامهات تتسم بالسلبية من خلال النظر اليهن على أنهن يتصفن بالحساسية المفرطة, وبتدخلهن الزائد, وبأنّ اللوم يقع عليهن عندما تتطور المشاكل السلوكية عند الأبناء. ومع ذلك فإن الأبناء المراهقين ينظرون الى علاقتهم بامهاتهم على أنها أكثر قربا مما هو الحال بالنسبة الى الآباء, ويشاركونهن المشاعر بإنفتاحية أكبر, وهم أكثر إنفتاحا عليهن (Nollar and Callan,1991).كما أن هموم الامهات تزداد بعد حدوث النزاعات مع أبنائهن المراهقين. ولعل ذلك يعود إلى أن الامهات ينظرن إلى دورهن في الاسرة كصانعات للسلام, ولديهن الإستعداد لتقديم التنازلات (Collins and Laursen,2004).من ناحية أخرى فقد أظهرت

بعض الدراسات أن علاقة الأبناء المراهقين بأمهاتهم تتشكل من خلال طبيعة هذه العلاقة منذ مراحل الطفولة المبكرة من عمر المراهق. وتتأثر في الجو العام لطبيعة البيئة الاسرية التي ينشأ فيها الطفل (Pagani, et al. (2004 ، بما في ذلك علاقة التكيف الزواجي بين الوالدين.

وهكذا فإن عدم التكيف الزواجي بين الوالدين يؤثر على المراهقين, حيث يخلق حالة من البعد العاطفي بين المراهق ووالديه. كما أن التكيف الجيد بين الزوجين يظهر مستوى متقدما من جودة العلاقة بين المراهق ووالديه. وأنّ تأثير التكيف الزواجي على المراهق يكون قويا عندما تكون العلاقة بين المراهق ووالديه ضعيفة. وأن وجود علاقة جيدة بين المراهق وأحد والديه على الاقل-حتى في حالة عدم التكيف الزواجي- أفضل بكثير من عدم وجود علاقة بأي من الوالدين على الاطلاق. ذلك أن مثل هذه العلاقة تؤمّن للمراهق حاجته من الدعم والتوجيه لمواجهة تحديات مرحلة المراهقة.

مشكلة الدراسة

إن التكيف الزواجي المناسب ضروري في حياة الاسرة, إذ يوفر للزوجين ما يحتاجانه من صحة نفسية, ويبتعد بهما عن الاضطرابات التي تعيق أداء المهام المختلفة لكل منهما, سواء في مجال علاقتهما الحميمية معا, أو علاقتهما بالأبناء, أوالقيام بمسؤوليتهما للمهام الوالدية. وتتدخل الادراكات الخاطئة التي تتمثل فيما يعرف بالتشويهات المعرفية في التفاعل بين الزوجين لتنحرف بالعلاقة الزوجية عن مسارها الصحيح,بحيث يجد الزوجان أنفسهما عاجزين عن الثبات إزاء الاهداف التي دفعتهما للإرتباط معا. من هنا فإن مشكلة هذه الدراسة هي في البحث عن تأثير التشويهات المعرفية الخاصة بالعلاقة الزوجية والتي تؤثر على درجة ما يتمتع به الزوجان من تكيف زواجي. وتأثير هذا التكيف على علاقة الآباء بالأبناء كما تدركها الامهات وكما يدركها الابناء، وذلك باستخدام برنامج تدريب إرشادي لتعديل التشويهات المعرفية لدى الزوجات الامهات، ومعرفة تأثيره على تحسين مستوى التكيف الزواجي وتحسين العلاقة مع الابناء. نظرا لأهمية التكيف الزواجي على الجوانب المختلفة في النظام الاسري كما بدا ذلك بوضوح في الاطار النظري لهذا البحث.

فرضيات الدراسة:

١. لا توجد علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي والعلاقة المتبادلة بين الآباء والأبناء كما يدركها كل من الامهات والأبناء.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) في درجة التكيف الزواجـــي بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية٠

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) في العلاقة مع الابناء كمـــا تدركها الأمهات بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعـــديل التـــشويهات المعرفية٠

٤. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) في علاقة الام مـــع الأبنـــاء كما يدركها الأبناء بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التـــشويهات المعرفية٠

أهداف الدراسة:

١. إختبار مدى فاعلية برنامج الإرشاد الجمعي في تعديل التشويهات المعرفية لدى الزوجـــات لتحسين مستوى التكيف الزواجي لديهن٠

٢. إختبار مدى فاعلية برنامج الإرشاد الجمعي لتعديل التشويهات المعرفية في تحسين العلاقـــة بين الآباء والأبناء كما تدركها الامهات وكما يدركها الأبناء٠

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة فيما يلي:

١. التركيزعلى دور الجوانب المعرفية والإنفعالية المؤثرة على السلوك الظاهر للزوجين أثنـــاء التفاعل بينهما٠ وعلى الرغم من وجود بعض الدراسات التي تناولت بعضا من التـــشويهات المعرفية التي تؤثر على علاقة الأزواج, كظاهرة العـــزو (2006) Graham and Conoley ، إلا أن هناك ندرة في البرامج العلاجية التي تغطي الأنواع المختلفة من التشويهات المعرفية ذات العلاقة بالتفاعل بين الزوجين٠حيث تناول برنـــامج الإرشـــاد الجمعـــي، عـــددا مـــن التشويهات المعرفية الرئيسية الخاصة بالعلاقات الزوجية إلى جانب ظاهرة العزو٠

٢. تأتي أهمية هذه الدراسة من خلال تركيزها على أفكار وإدراكات المتزوجين التي تتـــدخل مباشرة في أنماط التفاعل بينهم لزيادة وعيهم بالأبعاد المختلفة لسلوك شريك الحيـــاة، ممـــا ينمي عنصر التقبل المتبادل بين المتزوجين لآفكار ومشاعر بعضهم البعض, والحيلولة دون

اللجوء الى الطلاق إعتقادا بأنه الحل للإختلافات بينهما٠ وقد أظهرت الإحصائيات إنتشار حالات الطلاق في الاردن بصورة كبيرة, حيث بلغت ٣١٠٥ حالة طلاق في عام ٢٠٠٧ , مقابل ٦٥ ألف حالة زواج في نفس العام٠ (شبكة الاعلام العربية ٢٠١٠)٠

٣. تبدو أهمية الدراسة في كونها عنصر توعية للمتزوجين بمسؤولياتهم تجاه أنفسهم أولا لتحقيق ما يحتاجونه من صحة نفسية, يوفرها لهم عنصر التكيف الزواجي, ومن أجل تجنب إلقاء اللوم على الاخرين فيما يواجهونهم من مشكلات زواجية، حتى يستطيعوا أداء مهامهم الوالدية قدر المستطاع٠

٤. تبدو أهمية هذه الدراسة حيث تساعد الآباء الذين يطلعون عليها,على تفهم المتغيرات النفسية والسلوكية لأبنائهم المراهقين لمساعدتهم على إجتياز مرحلة المراهقة, من خلال تحسين العلاقة المتبادلة بين الامهات والابناء بشكل خاص, وذلك نظرا لآهمية دور الامهات في حياة الأبناء, خاصة في مرحلة المراهقة٠

٥. تبدو أهمية هذه الدراسة من حيث يمكن إستخدام البرنامج الارشادي المعد لها, كأداة إرشادية وقائية وعلاجية في نفس الوقت٠ وذلك من خلال ما تضمنته جلسات البرنامج الإرشادي من إستراتيجيات سلوكية معرفية, وتدريبات عملية تستند على مواقف حياتية واقعية يعيشها المتزوجون في علاقاتهم الزوجية، ويعيشها الآباء والأبناء في تفاعلهما اليومي, مما يجعل سهولة في تطبيق البرنامج من قبل كافة المعنيين في شؤون التكيف الزواجي بشكل خاص, والاسرة بشكل عام٠حيث يمكن إعتماد هذا البرنامج وتطبيقه على المتزوجين, وعلى المقبلين على الزواج في الوقت ذاته٠

تعريف المصطلحات:

وردت في الدراسة المصطلحات التالية حيث سيتم تعريفها نظريا وإجرائيا:

التكيف الزواجي:يشير التكيف الزواجي الى درجة إحساس كل من الزوجين بالرضا والقبول للعلاقة الزواجية، والمساهمة في إنجازما يترتب على هذه العلاقة، ويعرف إجرائيا بالدرجة التي تحصل عليها الزوجات على مقياس التكيف الزواجي المستخدم في هذه الدراسة (أبو أسعد، ٢٠٠٥).

العلاقة بين الأمهات والأبناء: وتتمثل في التعبيرعن صورة التفاعل المتبادل بين الآباء والأبناء. وتعرف إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها كل من الامهات والأبناء على مقياس العلاقة بين الأمهات والأبناء، والذي طوّر لغايات الدراسة.

التشويهات المعرفية: مجموعة من العمليات العقلية تؤثر على طريقة إدراك الفرد وتصوره لعلاقاته مع الأشخاص والأحداث التي تواجهه، وتتدخل في تشكيل نمط إستجابته لها.

البرنامج الإرشادي لتعديل التشويهات المعرفية: يتألف البرنامج من عشرين جلسة إرشادية تركز على تعديل التشويهات المعرفية التي تظهر أثناء التفاعل بين الزوجين, وبين الأمهات والأبناء. وتتدخل لتؤثر على مستوى رضا كل منهما عن علاقته بالاخر.

حدود الدراسة:

تحاول هذه الدراسة إستقصاء العلاقة بين التكيف الزواجي وعلاقة الأمهات بالأبناء. وتقتصر هذه الدراسة على الزوجات اللواتي لديهن أبناء ملتحقون في الصفوف التاسع والعاشر والاول الثانوي في مدينة عمان، وقد تم إستخدام كلمة الأبناء في الدراسة لتشير إلى الذكور والإناث. وتقتصر على الأبعاد التي اشتملت عليها الآدوات المستخدمة في هذه الدراسة.

الفصل الثاني

الدراسات السابقة

تتنوع الدراسات ذات العلاقة بالجوانب المختلفة للحياة الزوجية بشكل خاص, والنظام الاسري بشكل عام والتي تم إختيارها كجزء من هذا الدراسة, كما تتنوع الدراسات التي تبحث في العوامل المؤثرة في العلاقة الزوجية سواء ما يتعلق منها في الجوانب المعرفية, او تلك التي تبحث في تأثير برامج التدخل الوقائية والعلاجية لإعادة التوازن بين مختلف العلاقات في النظام الاسري٠ وتم إختيار دراسات بحثت في التكيف الزواجي ودوره في تحديد نمط التنشئة الوالدية, حيث أن مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء الذي تم بناءه لغايات هذه الدراسة أعتمد الوفاق الزواجي(التكيف الزواجي) كبعد أساسي يؤثر على نمط تشكيل السلطة الوالدية التي ينتهجها الزوجان في تنشأة أبنائهما في ضوء ما يتمتعان به من تكيف زواجي٠ وقد تم تصنيف الدراسات تبعا لفرضيات هذه الدراسة والجوانب المختلفة فيها على النحو التالي:

أولا: دراسات تناولت الإرتباط بين علاقة التكيف الزواجي والعلاقة مع الأبناء

من خلال الدراسات التي تم الاطلاع عليها حول الارتباط بين علاقة التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء, لم تعثر الباحثة على دراسة واحدة ركزت على هذا الإرتباط بشكل رئيسي ومباشر, وإنما بحث هذا الإرتباط كجانب من بين جوانب متعددة بحثتها هذه الدراسة أو تلك, كما يبدو بوضوح من خلال الدراسات التالية:

في دراسة أجراها فورهاند وبرودي Forehand and Brody(1984) بحثت في التأثيرات ذات العلاقة والتأثيرات الإضافية في متغيري الإكتئاب والتكيف الزواجي من خلال ثلاث جوانب في علاقة الامهات بأبنائهن، وتتمثل هذه الجوانب في: سلوك الوالدين, وسلوك الطفل, ونظرة الوالدين الى تكيف الطفل٠وتم توزيع الامهات مع أطفالهن بناء على الدرجات التي حصلن عليها على مقياس التكيف الزواجي، ومقياس الإكتئاب عند بيك Beck٠ أظهرت نتائج الدراسة أن الرضا الزواجي مرتبط بسلوك الطفل والوالدين, وأن الإكتئاب مرتبط بمقياس نظرة الوالدين الى سلوك أطفالهم٠

أجرى بورمان وآخرون Burman, et al.(1987) دراسة تفحصوا فيها تأثيرات العلاقة الزوجية، بما فيها الصراع الزواجي, وعلاقة الآباء بالأبناء على تكيف الأطفال وتوافقهم. تكونت عينة الدراسة من ٤٧ أسرة. وأظهرت النتائج وجود علاقة قوية بين الرضا الزواجي عند الامهات, وبين نمط النزاع الزواجي, وتقييمهن لتكيف الاطفال. وأظهر تقرير الآباء والأطفال، أن الرضا الزواجي ونمط النزاع لا يفسران المتغيرات الفريدة لعلاقة الآباء بالأبناء، فيما يتعلق بالتنبوء بتكيف الاطفال.

في دراسة أجراها بابيني و روجمان Papini and Roggman (1993) تفحصا من خلالها الإرتباط بين عطاء الوالدين في إطارعلاقات التعلق بأبنائهم وبين إنفعالات الوالدين والتكيف الزواجي، ذات الصلة بإنتقال المراهقين الى مرحلة الدراسة الاعدادية. تكونت عينة الدراسة من ٤٧ أسرة شملت الوالدين وأبنائهم المراهقين. ومن أبرز نتائج الدراسة، أن نظرة الوالدين الى التعلق القوي بأبنائهم المراهقين, مرتبط بمستوى أعلى من التكيف الإنفعالي لدى الأبناء.

أجرى إيدن وآخرون Eiden, et al. (1995) دراسة حول الإرتباط في نموذج الأمومة الفعال والتكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء. وتكونت عينة الدراسة من ٤٥ أما. وأظهرت نتائج الدراسة، أن الإرتباط بالام مرتبط بنوع التفاعل بين الأم والطفل، وإحساس الطفل بالآمان. كما أن نمط الإرتباط بالام والتكيف الزواجي، لهما علاقة بسلوك الطفل وإحساسه بالآمان.

في دراسة أجراها إيرل وبورمان (Erel and Burman(1995 حول التداخل في الإرتباطات بين العلاقات الزوجية وعلاقات الآباء بالأبناء. تكونت عينة الدراسة من ٦٨ دراسة سابقة أجريت لتقرر فيما إذا كان هناك علاقة، وإذا وجدت هذه العلاقة، فهل هي علاقة إيجابية(كما تظهر في فرضية تأثير أحد الجوانب على الجوانب الأخرى (spillover)، أم هي علاقة سلبية، كما تظهر في فرضية التعويض compensatory hypothesis. أظهرت نتائج الدراسة دعما لوجود التأثير المتبادل بين جوانب العلاقة، مما يشيرإلى ضرورة أن تتجاوز الأبحاث في هذا المجال السؤال حول إيجابية أو سلبية هذا الإرتباط، للبحث عن العوامل التي تتوسط فيه. كما بينت النتائج, أن الإرتباط بين العلاقة الزوجية وعلاقة الآباء بالأبناء يكون له دورا اكثر قوة وثباتا مما كان يعتقد من قبل.

وأجرى أزبورن وفنشام Osborne and Fincham (1996), دراسة تفحصا من خلالها إدراكات الأطفال للنزاعات بين الوالدين, وعلاقة الآباء بالأبناء, وتكيف الأطفال, ودور الجنس

الذي ينتمي اليه الطفل (من حيث كونه ذكرا أو أنثى)٠ وتكونت عينة الدراسة من أطفال تتراوح أعمارهم بين ٨-١٢ سنة, وأظهرت نتائج الدراسة أن إدراكات الأطفال للنزاعات الزوجية مرتبطة بقوة بتصورات زيادة السلبية في علاقة الآباء بالأبناء، ومشاكل التكيف لدى الأبناء٠ كما أن النزاع مرتبط بسلبية النظر اليه في علاقة كل من الام والاب بالطفل٠ وأن الطريقة التي ينظر بها الى النزاع بين الزوجين مرتبطة بقوة بعلاقة الأبناء الذكور بالام، أكثر مما هي مرتبطة بعلاقة الأبناء الذكور بالاب٠كما أن الإناث اللواتي يشهدن نزاعات الوالدين, ينظرن غالبا الى علاقتهن بأبائهن بسلبية, أكثر مما هو الحال بالنسبة لعلاقاتهن مع أمهاتهن٠

وأجرى شيك (Shek(1998, دراسة حول الإرتباط بين جودة الزواج وبين علاقة الآباء بالأبناء, ومتطلبات هذه العلاقة٠ تكونت عينة الدراسة من ٣٧٨ اسرة صينية, وتم البحث في تأثير أحد جوانب العلاقة على الجوانب الاخرى ، وأظهرت النتائج الخاصة بالعوامل المتداخلة في العلاقة، أن إرتفاع مستوى جودة الحياة الزوجية، مرتبط بالتزامن وباتجاه طولي مع مستوى أعلى في جودة العلاقة بين الآباء والأبناء، وبمستوى أقل بمتطلبات الآباء من الأبناء٠ أما فيما يتعلق في تأثير جوانب العلاقة المختلفة على بعضها البعض، فعلى الرغم من أن درجات الآباء والامهات كانت متشابهة حول أبرز الامور المتعلقة بممارسة المهام الوالدية, إلا أن الإرتباط بين جودة العلاقة الزوجية، كان أقوى من علاقة الآباء بالأبناء٠

وأجرى شيك (Shek (2000 دراسة حول نوعية الزواج، وممارسة المهام الوالدية والحياة الجيدة، وجودة العلاقة بين الآباء والأبناء، وتكيف المراهقين في الصين٠ تكونت عينة الدراسة من ٤٢٩ مراهقا يعيشون مع أسرهم في هونغ كونغ٠وأظهرت نتائج الدراسة إمكانية التنبؤ بالحياة الزوجية الجيدة من خلال التعرف على نوعية الزواج، وأن نوعية الزواج عند الآباء والحياة الجيدة لديهم, ينبئان عن نوعية العلاقة مع الطفل٠ ولا ينطبق ذلك على الأمهات٠ كما أن تأثير الأبوة أقوى من تأثير الأمومة على تكيف المراهقين٠

وأجرى كريشناكومار وبوهلر (Krishnakumar and Buehler(2000 دراسة حول النزاعات الزوجية والسلوك الوالدي تجاه الأبناء٠ وتم إجراء تحليل بعدي لتسعة وثلاثين دراسة سابقة٠ وتبين وجود إرتباط معتدل يدعم فرضية تأثير أحد جوانب العلاقة على الجوانب الأخرى (spillover hypothesis) ، حيث يتأثر سلوك الوالدين غالبا بالنزاعات التي تقوم بينهما٠ ويتسم سلوكهم مع أبنائهم بالقسوة وعدم التقبل٠كما وجدت علاقة قوية بين النزاعات الزوجية وبين

مقدرة الوالدين على أداء المهام الوالدية تجاه أبنائهم المراهقين مما يؤثر علـــى علاقـــة الآبـــاء بالأبناء٠

أجرى فوشير ومارجولين Fauchier and Margolin (2004) دراسة حول الحنان والصراع affection and conflict في الزواج وعلاقة الآباء بالأبناء, كما تم الإبلاغ عنهما من قبل الامهات والآباء والأبناء٠ تكونت عينة الدراسة من ٨٧ أسرة٠ وظهر وجود أمور مختلطة عبر هذه العلاقات٠ وأظهرت معظم التقارير وجود علاقة بين صراع الزوجين و علاقة الآباء بالأبناء, كما هو الحال بين إظهار الحنان والصراع في الزواج, وعلاقة الآباء بالأبناء٠ وبالنسبة الى الآباء تبين أن الصراع الزواجي يتوسط منح الحنان من قبل الاب الى الأبناء٠

في دراسة قام بها شولمان وآخرون Shulman, et al. (1999) بحثث في كيف أن توقعات المراهقين لجودة حياتهم الزوجية مرتبطة بتوقعات والديهم حول هذه الجودة٠ وتفحصت الدراسة طبيعة الإرتباط العاطفي بين المراهق ووالديه، وبمستوى تفرد المراهق، حيث يشكلان عامل توسط في إنتقال توقعات الوالدين الزوجية الى أبنائهم٠ تكونت عينة الدراسة من ٨١ مراهقا مع والديهم٠ وأظهرت النتائج أن التوقعات الزوجية لدى الوالدين، لها تأثير على توقعات الحياة الزوجية عند أبنائهم المراهقين(ذكورا وإناثا)٠ كما أن جودة التعلق العاطفي بالوالدين, وحاجة المراهق إليه, مرتبطان بالتوقعات الزوجية لدى كل من الآباء والأبناء٠

وأجرى جيرارد وآخرون Gerard, et al. (2006) دراسة حول الصراع الزواجي، وعلاقـــة الآباء بالأبناء، وصعوبات التكيف لدى الشباب، تكونت عينة الدراسة من ٥٥١ أسرة، تتألف كل أسرة من زوجين لديهم أطفال أعمارهم بين ٥-١١ سنة٠ وأظهرت نتـــائج الدراســـة تـــزامن ألإرتباط "Concurrent Association" بين النزاع الزواجي والمشكلات السلوكية عند الأطفال٠

أجرت سوبوليويسكي وأماتو (Sobolewski and Amato (2007 دراسة تحليلية لمعلومـــات تم جمعها خلال ١٧ عشر عاما ذات علاقة بعدم الإستقرارالزواجي خلال دورة الحياة٠ وهدفت الدراسة الى تقييم الإرتباط بين الإنشاق الزواجي للوالدين والطلاق, ونمط العلاقات بين الآبـــاء والأبناء والصحة النفسية لدى الأطفال في مراحل نضجهم المبكرة كبـــالغين٠ تكونـــت عينـــة الدراسة من ٢٠٣٣ شخصا متزوجا لا تتجاوز أعمارهم ٥٥ عاما٠ وتبين من نتائج الدراسة أن صحة الأطفال الذاتية تكون في أعلى مستوى عندما يعيش الأطفال مع والدين يتمتعان بـــزواج مستمر، وتقل النزاعات في علاقاتهما معا٠ وتبين من تفسير نتائج الدراسة انه ما دام الوالدين لا زالا متزوجين, فان ذلك يبقي على نمط علاقة معينة من خلال العلاقات الثنائية في الاسرة٠

أجرت بيريس وآخرون (Peris, et al. 2008 دراسة حول الصراع الزواجي، وسعي الوالدين للحصول على دعم أبنائهم المراهقين، وتم طرح مفهوم "parentification" ، حيث اشير الى أن ما يعنيه هذا المفهوم قد تمت ملاحظته، ويظهر خلال التفاعل بين الآباء والابناء، حين يقدم الابناء الدعم الانفعالي المتواصل لوالديهم، وتندر الابحاث التي حاولت دراسة هذه الظاهرة بشكل منظم، تكونت عينة الدراسة من ٨٣ زوجا وزجة وأبنائهم المراهقين، وبينت النتائج، أن ما سمي "parentification" مرتبط بالصراع الزواجي، ومستوى إدراك الأبناء للتهديد، وتدني مستوى الدفئ العاطفي في علاقة الآباء بالأبناء، ونزعة الشباب للتدخل في الخلافات، ويستخلص الباحثون أن نتائج الدراسة، تقدم دليلا على أن دعم الأبناء للآباء يثقل كاهل الأبناء، إذ يطورون المقدرة على التحمل غير المناسب للمسوؤلية.

في دراسة أجرتها هير وآخرون (Hair, et al. (2009 للتعرف على الخطوط العريضة لجودة العلاقة في كل من العلاقة الزوجية لدى الوالدين, وعلاقة المراهق بوالديه، تكونت عينة الدراسة من أفراد يمثلون المراهقين على المستوى القومي، حيث جمعت عنهم المعلومات بين عامي ١٩٩٧-١٩٩٩، وتم تتبعهم إلى أن وصلوا الى مرحلة النضج،وبينت نتائج الدراسة وجود ٥ مجموعات متميزة عن بعضها البعض من حيث طبيعة العلاقة بين الآباء والأبناء و تتمثل فيما يلي:

١. علاقة زوجية ذو جودة عالية مع وجود علاقة جيدة بين المراهق وأحد الوالدين.
٢. وجود درجة عالية من الدعم، ودرجة عالية من الصراع الزواجي وفي الوقت ذاته وجود علاقة جيدة للمراهق -على الاقل- مع أحد الوالدين.
٣. علاقة زوجية متدنية الجودة مع وجود علاقة جيدة بين المراهق وأحد الوالدين على الاقل.
٤. علاقة زوجية جيدة بين الزوجين، وفي الوقت ذاته علاقة سيئة بين الأبناء وكلا الوالدين.
٥. علاقة زوجية منخفضة الجودة مع وجود علاقة سيئة بين الأبناء وكلا الوالدين.

أجرى لاتزر وآخرون (Latzer, et al.(2009, دراسة حول العلاقة الزوجية وعلاقة الآباء بالأبناء لدى الاسر التي لديها فتيات يعانين من مشاكل إضطراب الاكل Eating Disorders. تكونت عينة الدراسة من مجموعتين تجريبية وضابطة, عدد أفراد كل منها ٣٠ أسرة. بينت نتائج الدراسة أن الفتيات اللواتي يعانين من مشاكل إضطرابات الطعام، لديهن أباء وأمهات يعانون من مستوى متدني في جودة الحياة الزوجية، مقارنة بالمجموعة الضابطة، وأن لديهن مستوى متدني من جودة العلاقة مع الوالدين، حيث أن علاقة الآباء بالأبناء تقوم بدور توسطي

بين متغيرات جودة الحياة الزوجية، وحدة إضطرابات الاكل. وأوضحت الدراسة أن إرتفاع مستوى جودة الحياة الزوجية مرتبط بعلاقة أفضل بين الأباء والأبناء، وترتبط بدورها بتدني حدة إضطرابات الطعام لدى الأبناء.

ثانيا: دراسات تناولت البرامج الإرشادية لتحسين مستوى التكيف الزواجي.

في دراسة أجراها ماركمان وآخرون Markman, et al.(1988) بحثت في تأثير برنامج تدخل صمم للحيلولة دون الطلاق والهموم الزوجية , وتم تقييم التاثيرات قصيرة وطويلة المدى لبرنامج تدخل سلوكي معرفي. تكونت عينة الدراسة من ٤٢ رجلا وإمراة يخططون للزواج , تم توزيعهم عشوائيا بين مجموعتين ضابطة وتجريبية. وأكد البرنامج على مهارات التواصل ومهارات حل المشكلات وتوضيح التوقعات -كتشويه معرفي- والمشاركة فيها, ورغم أن نتائج التدخل اللاحق أظهرت تعلم المشاركين للمهارات التي تم التدرب عليها في البرنامج, إلا أنه لم يكن هناك إختلاف بين مجموعات الدراسة من حيث جودة العلاقة الزوجية لديهم. وبعد سنة ونصف من المشاركة في البرنامج, ظهر أن هناك مستوى أعلى من الرضا عن العلاقة الزوجية لصالح المجموعة التجريبية. وبعد ثلاث سنوات, تبين وجود مستوى أعلى من الرضا عن العلاقة الزوجية والإكتفاء الجنسي, ومستوى أقل من حيث حدة المشكلات لدى أفراد المجموعة التجريبية. وتظهر هذه النتائج فعالية برامج التدخل الوقائية في معالجة المشاكل الزوجية.

في دراستين أجرتها سوليفان وبرادبري Sullivan and Bradbury(1997) للإجابة على تساؤل فيما إذا كانت البرامج الوقائية التي يشارك فيها المقبلون على الزواج تساعد في وقايتهم من التعرض للاعتلال في ادائهم الزواجي. تكونت عينة الدراسة الاولى من ١٧٢ زوجا وزوجة تنطبق عليهم معايير عينة الدراسة, وتكونت عينة الدراسة الثانية من ٥٧ زوجا وزوجة. وأظهرت نتائج الدراستين أن المتزوجين الذين شاركوا في برنامج إرشاد زواجي قبل أن يتزوجوا كانوا أقل تعرضا للصعوبات الزواجية, وفي بعض الحالات كان الازواج الذين شاركوا في الدراستين أقل تعرضا للصعوبات الزوجية من غير المشاركين في البرنامج الارشادي. أما بالنسبة للمعلومات التي تم الحصول عليها على المدى البعيد, فقد اظهرت أن المتزوجين الذين شاركوا في برامج الإرشاد الزواجي لم تكن محصلة حياتهم الزوجية أفضل من أولئك الذين لم يشاركوا في مثل هذه البرامج. وأشارت نتائج الدراسة أيضا الى وجود حاجة ملحة لتطوير الإجراءات التي تحث الرجال والنساء الذين يعيشون معا في علاقة ما قبل الزواج,

ومعرضون لخطر الاعتلال الزواجي, للمشاركة في البرامج الوقائية قبل أن يقدموا على الزواج, وأشار الباحثان الى ضرورة العمل لزيادة فعالية مثل هذه البرامج.

أجرى بايهت وآخرون (Pihet, et al.(2007 دراسة ركزوا فيها على الإرتقاء بمستوى الرضا والتوافق الزواجي، من خلال التعامل مع الضغوطات. وتم تقييم أحد برامج التدخل الوقائية.تكونت عينة الدراسة من ٥٩ شخصا من المتزوجين الذين يعانون من تدني مستوى الرضا الزواجي، بهدف تحسين الصحة الجسدية والنفسية لديهم. وأظهرت نتائج الدراسة أن البرنامج الوقائي عمل على تحسين مستوى الصحة النفسية لدى المشاركين فيه، بغض النظر عن الجنس. أما بالنسبة إلى الزوجات، فقد أظهرن تحسنا في مستوى الرضا عن الحياة. وفي الوقت ذاته، لم يكن لتطبيق البرنامج أثر على تحسن الصحة الجسدية للمشاركين مقابل تحسن الصحة النفسية.

في دراسة أجراها يلكن وكراهان (Yalcin and Karahan (2007 حول تأثيرات برنامج التواصل بين المتزوجين على التكيف الزواجي. تكونت عينة الدراسة من ٢٨ شخصا (أربعة عشر زوج وزوجة) تم إختيارهم من بين ٦٧ شخصا حصلوا على درجات منخفضة على مقياس التكيف الثنائي. ولم يكن هناك إختلاف في التكيف الزواجي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية قبل تطبيق البرنامج. وأظهرت الإستجابات البعدية لأفراد المجموعة التجريبية على مقياس الدراسة وجود تحسن في التكيف الزواجي, في حين لم يظهر أي تحسن في التكيف الزواجي لدى أفراد المجموعة الضابطة التي لم يطبق عليها البرنامج.

في دراسة أجراها كمنجز وآخرون (Cummings, et al. (2008 لتقييم برنامج تدخل قصير المدى لتحسين الصراع الزواجي لدى الاسر في المجتمع المحلي، وتكيف الأطفال. وأظهرت نتائج الدراسة أنه كلما زادت نسبة الصراع الزواجي البنّاء، وقلت نسبة الصراع الزواجي المدمر، كلما أدى ذلك الى تحسّن في العمليات الاسرية، وهذا يدعم فكرة أن البرامج النفس – تثقيفية تحسن من مستوى الصراع الزواجي.

في دراسة أجراها كمنجز وديفيز (Cummings and Davies(2009 للتعرف على فعالية برنامج تدريبي في تحسين نمط النزاعات الزوجية في الاسر المحلية.أشار الباحثان إلى أن أهداف البرنامج الإرشادي تتلخص في تثقيف الوالدين حول تأثير النزاعات الزوجية على البالغين وعلى الاطفال, وزيادة السلوكات البناءة في النزاعات الايجابية، والحد من النزاعات

الزوجية المدمرة, وتأكيد الاهتمام بالآمان الإنفعالي في العلاقات الاسرية أثناء النزاعات الزوجية, وتحسين أنماط التواصل بين الزوجين٠ تكونت عينة الدراسة من ٩٠ أسرة يعيش فيها الوالدان معا, أما عينة الأبناء فتكونت من ٩٠ طفلا موزعين بين ذكور وإناث, وتم تقسيم أفراد العينة الى ثلاث مجموعات, اثنتين منها تجريبية وهي مجموعة الآباء, ومجموعة الآباء والأبناء الذين تلقوا برنامج تدريب الوالدين وبرنامج تدريب الأبناء, ومجموعة دراسة تم توزيع الكتب عليها لقراءتها, وتم إعتمادها كمجموعة ضابطة٠أظهرت نتائج الدراسة أن التقييمات اللاحقة أظهرت تحسنا في معرفة أفراد المجموعة التجريبية بالنزاعات الزوجية, ووجود تحسن في سلوك النزاعات الزوجية, وإنخفاض سلوك النزاع الزوجي المدمر, خاصة ما يتعلق منه بالعدوان اللفظي وسلبية الإنفعالات٠ كما كان هناك زيادة في السلوك البناء خاصة في مجال الدعم والإنفعالات الإيجابية وحل المشكلات٠

ثالثا: دراسات تناولت تأثير الجوانب المعرفية على التكيف الزواجي والعلاقة مع الأبناء ٠

في دراسة أجراها ديترك وميلر deTurk and Miller (1986) تم التأكيد فيها، على أثر المعرفة الإجتماعية على مستوى التكيف وقوة الحياة الزوجية وتقدير الذات٠تكونت عينة الدراسة من ٨٥ زوجا وزوجة٠ وأكدت نتائج الدراسة أن الأشخاص الذين يتطلعون إلى شركاء حياتهم كأشخاص فريدين ومميزين، يعيشون حالة متميزة من التكيف الزواجي، أكثر من الأشخاص الذين ينزعون إلى النظرة التقليدية في رؤيتهم لبعضهم البعض٠ كما أن الأزواج والزوجات الذين يرون وجود قدرات متميزة في بعضهم البعض، تكون لديهم علاقة زواجية قوية٠ أما بالنسبة لتقدير الذات، فقد تبين أن قوة الزواج لها تأثير على تقدير الذات لدى الزوجات فقط٠

في دراسة أجراها لونج Long (1993) تناولت الجوانب المعرفية وأثرها على التكيف الزواجي، والاختلاف في إستخدام التطلعات perspective-taking بين التكيف الزواجي المرتفع والمتدني، وضرورة إستخدام هذا المفهوم من قبل المعنيين بالتدخل في العلاقات الزوجية٠ وقد حدد مفهوم (إستخدام التطلعات) على أنه المقدرة المعرفية لفهم وجهة نظر الآخر cognitive ability٠ تكونت عينة الدراسة من ٢٥٩ فردا لديهم تطلعات مرتفعة إزاء التكيف الزواجي، و٤٣ فردا لديهم تدني في تطلعاتهم إزاء تكيفهم الزواجي، وبينت نتائج الدراسة وجود إختلاف في إستخدام التطلعات بين الذكور والاناث الذين لديهم تدني أو إرتفاع في مستوى التكيف الزواجي، من حيث نظرتهم الى الشريك٠ وأن الأشخاص الذين لديهم مستوى مرتفع من التكيف

الزواجي ينظرون الى أداء شركائهم نظرة أفضل، مما هي عند الاشخاص الذين لديهم تدني في مستوى التكيف في علاقتهم مع الشريك٠

أجرى برودي وآخرون Brody, et al.(1996) دراسة تم من خلالها تفحص دور عمليات العزو Attribution الزواجي على أداء المهام الوالدية وعلاقة الآباء بالأبناء, مع ما يرافقها من مساهمات الاطفال الخاصة بسلوك الوالدين السلبي, مما يؤدي الى سلبية العلاقة في التواصل بين الآباء والأبناء٠ تكونت عينة الدراسة من ١٧٠ طفلا موزعين بين ذكور وإناث٠ وإستخدم نموذج للإرتباطات المفترضة بين العزو الذي يزيد من حدة النزاعات الزوجية وسياق الزواج السلبي, وممارسة المهام الوالدية وعمليات العزو التي يقوم بها الأطفال لتفسير سلوك الوالدين والتواصل السلبي بين الآباء والأبناء٠ وأظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- وجود إرتباط بين العزو الذي يقوم به كل من الزوج والزوجة وبين سياق العلاقة الزوجية المرتبط بالتواصل غير الفعال بين الآباء والأبناء٠
- تبين أن العزو السلبي الذي يزيد من حدة الصراع بين الزوجين, يرتبط بممارسة المهام الوالدية, وترتبط هذه بدورها بعمليات العزو التي يقوم بها الأطفال لتفسير سلوك الوالدين٠
- تفسر عمليات العزو لدى الاطفال المتغيرات الفريدة في التواصل غير الفعال بين الآباء والأبناء٠

في دراسة أجرتها تيرنر وآخرون Turner, et al.(1998) , حول تكيف المراهقين من خلال تصورهم(إدراكهم) للنزاعات الزوجية٠ إستخدم الباحثون نموذج إطار السياق المعرفي , وإطار الأمان الإنفعالي للبحث في المسارات المباشرة وغير المباشرة بين النزاعات الزوجية وتكيف المراهقين٠ تكونت عينة الدراسة من ٢٠٣ من المراهقين بين ذكور وإناث, وتم جمع إستجاباتهم على عدد من الإستبانات الخاصة بالسلوكات التكيفية لديهم, وتصورهم للنزاعات بين والديهم, وإرتباطهم العاطفي بالوالدين وبالأقران٠ وأظهرت نتائج الدراسة وجود إرتباط مباشر بين النزاعات الزوجية, وبين تكيف المراهقين, أما بالنسبة الى المراهقين الذين ينتمون الى أسر تزيد فيها حدة النزاعات الزوجية فقد أظهروا مزيدا من صعوبات التكيف٠ وتبين وجود دليل غير مباشر للنزاعات الزوجية على تقييمات المراهقين المعرفية, وإدراك المراهق للعلاقة مع الوالدين, كما تبين أيضا وجود إختلاف في جنس المراهق كعامل توسط مهم٠

في دراسة قامت بها حمامصي (2005) Hamamci حول معتقدات العلاقة غير الفاعلة Dysfunctional Relationship Beliefs التي تؤثر على الرضا والتكيف بين المتزوجين٠ركزت الباحثة في دراستها،على قياس التشويهات المعرفية الخاصة بالعلاقات الزوجية، وهي: الإنتباه الإنتقائي والعزو والتوقعات والافتراضات والمبادئ٠ وتكونت عينة الدراسة من ١٩٠ فردا من المتزوجين٠وأظهرت النتائج أن المتزوجين الذين لديهم مستوى منخفض من التكيف، لديهم معتقدات العلاقة غير الفاعلة، خاصة ما يشير منها إلى ضرورة أن يكون الشخص قريبا جدا من الآخرين٠ و وجد أن هذا المعتقد يؤثر سلبا على صاحبه، ويؤدي إلى تدني مستوى التكيف والرضا الزواجي عند الرجال٠ ولم تظهر نتائج الدراسة وجود إختلاف من حيث الجنس والعمر، فيما يتعلق بمعتقدات العلاقة غير الفاعلة، إلا أن الإختلاف بين المتزوجين، وجد من حيث إختلاف المستوى الثقافي بينهم٠

أجرى جراهام وكونولي (2006) Graham and Conoley دراسة، تم التركيز فيها على دور العزو في التسبب بضغوطات الحياة بين الزوجين٠ تكونت عينة الدراسة من ٥٨ مشاركا، تم إختيارهم من بين مجموعة أزواج تقدموا للمشاركة في الدراسة٠ أظهرت نتائج الدراسة، أن الأزواج الذين يستخدمون عمليات عزو سلبية، يكونون أقل قدرة على الحفاظ على جودة الحياة الزوجية عند مواجهتهم للجوانب السلبية في العلاقة الزوجية٠

أجرت يلدز (2009) Yildiz دراسة تظهر دور العزو Attribution كعملية معرفية على التكيف الزواجي وتأثير هذا التكيف على إصابة الأطفال بالإضطرابات النفسية المختلفة كالإكتئاب والقلق٠ تكونت عينة الدراسة من ٩٠ زوجا وزوجة, تم توزيعهم بين مجموعتين ، ضابطة وتجريبية، وأظهرت نتائج الدراسة أن نمط العزو السلبي لمختلف جوانب العلاقة مع الشريك، هو أكثر لدى المتزوجين الذين لديهم تعلق غير آمن مما هو لدى المتزوجين الذين يتمتعون بتعلق أكثر أمنا٠ وتبدو أهمية هذه الدراسة من خلال تأكيدها على الحاجة الى مزيد من الفهم لعلاقة الآباء بالأبناء، وعلاقة الوالدين بعضهم بالبعض، ليتم تحديد عوامل الخطر في العلاقة غير السليمة بين الآباء والأبناء، مما يساعد في توجيه الجهود الوقائية في هذا المجال٠

رابعا: دراسات بحثت في أثر التكيف الزواجي على التكيف النفسي للأطفال

أجرى دادز وبول (Dadds and Powell(1991 دراسة بحثت في العلاقة بين خلافات الوالدين وبين عدم التكيف الزواجي بشكل عام, وإرتباطهما بمظاهر العدوانية والقلق وعدم النضج لدى الاطفال الذين لا يتلقون مساعدات علاجية٠وأشار الباحثان الى انه رغم الإتفاق على أن المشاكل

الزوجية مرتبطة بطريقة مباشرة أو غير مباشرة مع مشاكل سلوكية معينة لدى الاطفال, إلا أن هناك عدم إتفاق على نوع المشاكل الزوجية المرتبطة بالمشاكل السلوكية للأطفـال وتأثيراتهـا المختلفة على الأبناء الذكور أو الاناث. وأظهرت نتائج الدراسة أن الخلافات بين الوالدين تنبئ عن العدوانية وعدم النضج عند جميع الاطفال, وأن التكيف الزواجي وعـدم إتفـاق الوالـدين ينبئان عن وجود القلق عند الأبناء الذكور, ولم يكن لمتغيري التكيف الزواجي وعدم الإتفاق أي مؤشر للتأثير على عدم النضج عند الأبناء.

أجرى ديفيز وكمنجز Davies and Cummings(1994) دراسـة للتعـرف علـى الآمـان الإنفعالي عند الأطفال كعامل يتوسط الإرتباط بين العلاقة الزوجية وتكيف الأطفال, كمـا تـدل عليه ردود الأفعال الإنفعالية(كالحذر الشديد والهموم)، والتعرض المـنظم لمـشاعر الوالـدين (التجنب والتدخل)، والتداخل في التمثيلات الداخلية Internal representation(IR) في سياق تبادل العلاقات بين الوالدين. تكونت عينة الدراسة من٥٦ طفـلا, تراوحـت أعمـارهم بـين ٦-٩ سنوات. وأظهرت النتائج أن جودة العلاقة الزوجية تؤدي إلى إختلاف الآمان الإنفعـالي لـدى الاطفال, كما دلت عليه ردود أفعالهم, والتمثيلات الداخلية لدى الاطفال للعلاقة بـين والـديهم. وهذه المؤشرات للآمان الإنفعالي تنبئ عن تكيفهم, خاصة فيما يتعلق بالأعراض الداخلية(الحذر والهموم).

في دراسة أجراها فنشام وآخرون Fincham, et al.(1994) بعنوان: هل النزاع الزواجـي يؤدي الى مشاكل عدم التكيف عند الاطفال؟ إتجاهات وتحديات أمام الأبحاث المطولـة.ذكـر الباحثون في ملخص الدراسة, أنه رغم توثيق وجود إرتباط بين التكيـف الزواجـي ومـشاكل التكيف عند الأطفال, إلا أنه لا يوجد دليل عملي على أن النزاع الزواجي يسبب بالفعل مـشاكل عدم التكيف عند الاطفال. كما أن تحري هذه العلاقة السببية يحتاج الى أبحاث نظرية وعمليـة مطوله, وأن هناك أمران مهمان يسهلان عملية البحث في هذا المجال.الأول هو التساؤل عـن الكيفية التي يؤثر بها التكيف الزواجي على مشاكل التكيف لدى الاطفال. والثاني يتعلق بالآليات التي تربط بين التكيف الزواجي وتكيف الأطفال. وتبدو أهمية هذه الدراسة في كونهـا منطلقـا لعدد من الدراسات اللاحقة التي بحثت في موضوع العلاقة بين التكيف الزواجي وبـين تكيـف الأطفال. وقد تضمن فصل الدراسات في الدراسة الحالية, عددا من هذه الدراسات التي إستندت إلى ما توصل اليه فنشام وزملائه في دراستهم.

في دراسة أجراها مان وجليوم Mann and Gilliom (2004) حـــول الأمـــان الإنفعـــالي والتقييمات المعرفية وتوسطهما في العلاقة بين النزاعات الوالدية وتكيف المـــراهقين٠ تكونـــت عينة الدراسة من١٧٥ طالبا جامعيا, ما بين ذكور وإناث، في المرحلة المتقدمة من مـــراهقتهم, وأظهرت نتائج الدراسة إتساقا مع نموذج السياق المعرفي، الذي يـــشير الـــى أن التقييمـــات المعرفية للتهديد ولوم الذات وفعالية التعامل، تتوسط تأثيرات النزاع بين الوالدين علـــى تكيـــف المراهق الحالي والشباب اليافعين٠ ومن خلال التكرار فإن تقييمات المـــراهقين للنـــزاع بـــين الوالدين قد يسهم في تطويرهم لأنماط عزو أو تحيزات معرفية٠فمثلا, ونتيجة لإثارة التقييمـــات إزاء التهديد أثناء مراحل الطفولة، فإن ذلك قد يسهم في تكوين ردود أفعال قويـــة للتهديـــد أو يسبب هشاشة في الأبنية المعرفية , وذلك من خلال تكرار تصور عدم المقدرة على الـــضبط أو التعامل مع النزاعات بين الوالدين أثناء مرحلة الطفولة, ولوم الطفل لنفسه كمسبب للنزاع, ممـــا يؤدي الى تعلم العجز, والتشاؤم, وتصور عدم الكفـــاءة, وزيـــادة قابليـــة المراهـــق للإصـــابة بالإكتئاب٠

في دراسة أجراها تروكسل وماثيوز Troxel and Matthews (2004) حول الدور المؤثر للنزاعات الزواجية على صحة الأطفال، خاصة عندما يعجز الوالدان عن التوصل الـــى حلـــول للنزاعات بينهم٠ تكونت عينة الدراسة من ٢٢ دراسة سابقة، وأشارت النتائج الى ما يدعم وجود إرتباط إيجابي بين طلاق الوالدين وزيادة المشاكل الصحية لدى الاطفال، بما في ذلك الأمراض والإيذاء غير المقصود٠

في دراسة قام بها شـــلتون وهارولـــد Shelton and Harold (2007) حـــول الـــصراع الزواجي وتكيف ألاطفال، تم التركيز فيها على دور التوسط والتعديل لإستراتيجيات التعامل لدى الأطفال٠ تكونت عينة الدراسة من ١٠٠ طفل، موزعين بين ذكور وإناث٠ وأظهـــرت نتـــائج الدراسة، أن المتوسط والإنحراف المعياري، والإرتباط بين النـــزاع الزواجـــي وإســـتراتيجيات التعامل لدى الأطفال، ومشاكل التكيف عندهم، كان لها درجة كبيرة من الثبـــات مـــع النمـــوذج النظري المستخدم في الدراسة٠ أما بالنسبة إلى الآباء الذين أشاروا إلى وجود نزاعات زوجيـــة بينهم، فقد إرتبطت هذه النزاعات بوجود تدني في تقدير الذات لديهم، والإحساس بقلة الحيلة عند أطفالهم Self-Esteem / Mastery، وإلى القلق والكآبة والعدوانية٠

أجرت ستيرج آبل وآخرون(2008) .Sturge-Apple, et al دراسة حول الصراع بين الوالدين وتكيف الأطفال في المدرسة٠ تكونت عينة الدراسة من ٢٢٩ طفلا بين ذكور وإناث٠ وبينت

النتائج ان تعبير الطفل عن الصراعات بين والديه يعتبر آليه تدخل مهمة، تربط بين درجة الصراع بين الوالدين، وبين الصعوبات والإضطرابات الإنفعالية لدى الطلبة داخل الصفوف. وإستنتج الباحثون أن هذه النتائج تؤكد أهمية إدراك العمليات الأساسية التي تعزى اليها الصعوبات في أداء المهام المتشعبة لدى الأطفال الذين يعانون من عدم الإتفاق بين والديهم.

في دراسة أجراها كيم وآخرون Kim, et al.(2009) حول النزاعات الزوجية وعلاقات المراهقين الغرامية: "دور تصور التهديد وتقييمات لوم الذات" وقد اتبع الباحثون في الدراسة إطار السياق المعرفي، ووجود دليل على أن المراهقين الذين يعيشون خبرة النزاعات بين الوالدين، يكونون أكثر عرضة لمعايشة ذات الخبرة في علاقاتهم الغرامية. ويكون تقييم المراهق كعامل متوسط في العلاقة بين النزاعات الوالدية وسلوك المراهق أثناء لقاءاته الغرامية, وأظهرت نتائج الدراسة أن تقييم لوم الذات يتوسط جزئيا العلاقة بين نزاعات الوالدين والعدوانية الجنسية لدى المراهق, وبين النزاعات الوالدية وسلوك المراهق الذي يعبر عن إحساسه بالتهديد. إضافة الى ذلك فإن تقييم إدراك التهديد يتوسط جزئيا في العلاقة بين النزاعات الوالدية والسلوك العدواني الجنسي للمراهق.

خامسا: دراسات بحثت في التكيف الزواجي وتأثيره في تحديد نمط التنشئة الوالدية

أجرى روبنسون وأندرسون Robinson and Anderson(1983) دراسة عن دور إستجابات الترغيب الإجتماعية في الإبلاغ عن التكيف الزواجي وتكيف الاطفال والتوجهات الفكرية للوالدين.تكونت عينة الدراسة من ٦٩ شخصا من المتزوجين, وتطابقت نتائج الدراسة مع ما تم الإبلاغ عنه سابقا, وهو أنه كلما زاد التقرير الإيجابي عن التكيف الزواجي, كلما قلت المشاكل السلوكية عند الاطفال, والتي تسببها المشاكل بين الوالدين. وعندما تم ضبط متغير الترغيب الاجتماعي, لم يكن هناك علاقة بين التكيف الزواجي وتكيف الاطفال. وأشارت النتائج أيضا, الى إمكانية حدوث مبالغة عامة بخصوص العلاقة بين التكيف الزواجي وتكيف الأطفال, من خلال الفروقات الفردية, والرغبة في تحويل المشاكل من خلال مقاييس التقرير الذاتي. كما أن الدفئ وليس نمط التنشئة الوالدية التسلطي Authoritarianism مرتبط سلبيا بالمشاكل السلوكية للطفل داخل الاسرة. وأن التوجهات الفكرية للوالدينattitudes لا ترتبط بمشاكل الاطفال السلوكية في البيت. ويوصي الباحثان بأن تستخدم الأبحاث الخاصة بالتفاعل الزواجي طرقا وإستراتيجيات متعددة للتركيز على متغيرات الظروف المختلفة التي قد تؤثر على سلوك الزوجين وأدائهم الوالدي.

أجرى مان وماكنزي (Mann and Mackenzie(1996، دراســة حــول الآداء الزواجــي وسلوك الآباء، والمشكلات السلوكية عند الأطفال الذكور في عمر المدرســة، تكونــت عينــة الدراسة من ٥٠ طفلا في عمر المدرسة٠ وبينت نتائج الدراسة أن تأثير عدم الرضا الزواجــي على سلوك المعارضة عند الاطفال يتأثر بالرفض الوالدي، وأن النزاع الظاهر بين الزوجين له تأثير على سلوك المعارضة عند الاطفال٠

في دراسة أجراها شانغ (Chang, et al. (2004 حول جودة الزواج, وتأثير إكتئاب الامومة, والممارسة القاسية للمهام الوالدية, والسلوك الخارجي للأسر الصينية التي تعــيش فــي هونــغ كونغ٠ تكونت عينة الدراسة من ١٥٨ طفلا في المدارس الإبتدائية, وأظهرت النتــائج أن أثــر إكتئاب الامومة له تأثيرات مباشرة على السلوك الظاهر للأطفال٠ وله تأثيرات غير مباشرة من خلال الممارسة القاسية لمهام الوالدية٠ ولم يكن للتكيف الزواجي تأثير مباشــر علــى ســلوك الأطفال الظاهر, لكنه كان يتوسط من خلال الممارسة القاسية للمهام الوالدية٠

وأجرى ألوجا وأخرون (Aluja, et al. (2007 دراسة حول الشخصية والقــيم الاجتماعيــة, والرضا الزواجي، كعوامل منبئة على نمط التنشئة الوالدية٠ وتكونت عينة الدراسة مــن ١٣٤ زوجا وزوجة، ممن لهم أبناء في مرحلة الدراسة الثانوية٠ وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الآباء الذين حصلوا على درجات عالية فيما يتعلق بالعصبية، وعلى درجات منخفــضة فيمــا يتعلــق بالتعبير الخارجي، يكونون أكثر رفضا، وأقل دفئا مع أبنائهم٠ كما أن الأمهات اللواتي يعــانين من إضطرابات نفسية، فان ذلك يرتبط سلبا بالدفئ العاطفي، وقدرة الام على التحكم، وســعيها إلى إشباع حواسها وقدرتها على الضبط٠ أما الآباء الذين حصلوا على درجات عالية في مستوى التعبير الإنفعالي الخارجي، فقد حصلوا على درجات عالية في مجال الدفئ العاطفي٠

في دراسة أجرتها ستيرج آبل واخرون (Sturge –Apple. et al. (2006 بحثت في طبيعة المسارات بين العدائية والإنسحاب في العلاقة الزوجية, وعدم إتفاق الوالدين إزاء مواضيع ذات علاقة بتنشئة الأطفال، وما ينتج عنها من عدم إستطاعة الوالدين تقديم الدعم الإنفعالي لأبنــائهم، وعدم الثبات في تربيتهم٠ تكونت عينة الدراسة من ٢٢٥ أما٠ ومن بين النتائج التي أظهرتهــا الدراسة، أن إختلاف نوع الصراع بين الزوجين يؤدي إلى إختلاف نوع التأثير، ســواء علــى تربية الأطفال أو على طبيعة العلاقة بين الآباء والأبناء٠

من خلال الدراسات التي تم إستعراضها, يظهر بوضوح أنها ركزت على تأثير الجوانب المختلفة المتضمنة في فرضيات الدراسة , بما في ذلك العلاقة بين التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء، وتبين أن المستوى الجيد للتكيف الزواجي يتزامن مع توفر مستوى أعلى من الجودة في العلاقة بين الآباء والأبناء بشكل عام, كما تبين أن الإرتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء يتوسط بين مقدرة الزوجين على أداء مهامهم الوالدية, وبين العلاقة مع الأبناء, حيث يساعد التكيف الزواجي الجيد على توفير ما يحتاجه الأبناء من الحنان والتعلق العاطفي بالوالدين، أما عدم التكيف الزواجي فإنه يؤثر سلبا على علاقة الآباء بالأبناء إذ تتأثر توقعات الأبناء إزاء حياتهم الزوجية في المستقبل بتوقعات الوالدين كزوجين تجاه بعضهما البعض, إضافة الى أن التكيف الزواجي السلبي بين الوالدين يؤدي إلى سلبية العلاقة بين الآباء والأبناء، خاصة عندما يسعى الوالدان للحصول على دعم الأبناء حين تفتقر علاقتهما معا الى الإشباع الذي يتطلع اليه كل منهما, مما يثقل كاهل الأبناء, ويطورون مقدرة غير مناسبة على تحمل المسؤولية.

أما بالنسبة الى الدراسات حول تأثير البرامج الإرشادية لتحسين التكيف الزواجي, فقد تبين وجود أثر كبير لمثل هذه البرامج حيث تزيد من معرفة الزوجين للعناصر المختلفة التي توجه أنماط التفاعل اليومي بينهما، وتقرر بدورها مقدارالقرب أو البعد عن عنصر التكيف الزواجي بينهما, إضافة الى ما تحققه هذه البرامج من تحسن في الصحة النفسية للمتزوجين مما يزيد من نسبة الرضا عن الحياة الزوجية، وما يترتب عليه من تحسن العلميات الاسرية بمختلف الإتجاهات.

أما عن الدراسات التي تناولت الجوانب المعرفية وتأثيرها على التكيف الزواجي وعلى علاقة الآباء بالأبناء, فقد تبين دور التشويهات المعرفية في تشكيل وجهات نظر الزوجين لبعضهما البعض, وبدا أن هناك علاقة تبادل بين التكيف الزواجي وبعض هذه التشويهات, كالتطلعات, حيث بينت دراسة لونج Long(1993) أن وجود مستوى مرتفع من التكيف الزواجي يؤدي الى وجود نظرة أفضل الى شريك الحياة. أما العزو كتشويه معرفي فقد حظي أكثر من غيره بالبحث في تأثيره على العلاقة الزوجية, من ناحية, وعلى نظرة الأبناء لما يحدث بين والديهم. حيث تبين أن الازواج الذين يقومون بعمليات عزو سلبية , يكونون أقل قدرة على الحفاظ على جودة حياتهم. أما بالنسبة الى الأبناء فإنه يتمثل في نظرتهم لتفسير ما يحدث بين والديهم، ويؤدي ذلك الى التواصل السلبي بين الطرفين, وبدا أن هناك تمازجا بين عمليات العزو التي يقوم بها الزوجان, وعمليات العزو التي يقوم بها الأبناء, ويفسر ذلك المتغيرات الفريدة في

التواصل غير الفعال بين الطرفين، وإضافة الى العزو, فقد تم إستعراض عدد أخر من التشويهات المعرفية الخاصة بالعلاقة الزوجية كالمعايير, والإنتباه الإنتقائي والإستدلال الإنفعالي, والإفتراضات والتوقعات مما يؤكد بوضوح على دور هذه التشويهات في تحديد مستوى ما يتمتع به الزوجان من تكيف زواجي.

كذلك أظهرت الدراسات دور التكيف الزواجي في التكيف النفسي عند الاطفال, مما يؤثر بدوره على علاقة الآباء بالأبناء، خاصة عندما يفتقر الأبناء الى تلقي العلاج المناسب للمشاكل السلوكية الناتجة عن المشاعر المترتبة على عدم الأمان الإنفعالي في إطار عدم التكيف الزواجي بين الوالدين. وأظهرت الدراسات أن عدم التكيف الزواجي له تأثير على نمط التنشئة الوالدية. ورغم أن بعض الدراسات بينت أن التوجهات الفكرية للوالدين لا ترتبط بالمشاكل السلوكية عند الاطفال, إلا أن توصيات هذه الدراسات تؤكد على ضرورة إستخدام إستراتيجيات تستهدف متغيرات الظروف المختلفة التي تؤثر على سلوك الزوجين, وما له من تأثير على أدائهم الوالدي، وإنعكاسات ذلك على علاقة الآباء بالأبناء، من حيث الرفض الوالدي, وما يقابله من سلوكيات المعارضة عند الأبناء.

إن هذه الدراسات تبدو وكأنها سلسلة متواصلة من الأبحاث، تسير في إتجاهات مختلفة تجتمع في موضوع بالغ الأهمية، هو موضوع التكيف الزواجي، وما له من أثرعلى البناء النفسي للزوجين من ناحية، وعلى البنية الإدراكية والإنفعالية والعضوية للاطفال من ناحية أخرى. ويمكن تلخيص أهمية هذه الدراسات في النقاط التالية:

١. التأكيد على أثر برامج التدريب المختلفة التي تحسن من الصحة النفسية للمتزوجين، من خلال ما تتضمنه من أساليب تعزز مهارات التعامل والتواصل بين المتزوجين.

٢. التركيز على دورالجوانب المعرفية وما تتضمنه من تشويهات معرفية لدى كل من الزوجة والزوج على التكيف الزواجي.

٣. التركيز على أن الأبناء هم الذين يدفعون ثمنا باهظا للنزاعات الزوجية. وأن التدخل المبكر لتثقيف الزوجين حول اساليب حل المشكلات لتحقيق الرضا الزواجي، يحد إلى مدى بعيد مما يمكن أن يعاني منه المتزوجون وأبنائهم من جراء عدم التكيف الزواجي.

الفصل الثالث

الطريقة والاجراءات

يتناول هذا الفصل منهج الدراسة وأفرادها, وتصميم البحث, وأدوات الدراسة متضمنة أدلة صدقها وثباتها والإجراءات التي تم إتباعها في تطبيق البرنامج الإرشادي

منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج شبه التجريبي في الدراسة, حيث تم إختيار أفراد عينة الدراسة, وتوزيعها بين مجموعتين تجريبية وضابطة, وتم معالجة المتغيرات التابعة في الدراسة وهي: التكيف الزواجي وعلاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الامهات ومن وجهة نظرالأبناء, من خلال قياس تأثير برنامج الإرشاد الجمعي , كمتغير مستقل, وتم إستخلاص نتائج هذه المعالجة , وتم التعرف على مستوى تأثير البرنامج الارشادي في تعديل التشويهات المعرفية لتحسين التكيف الزواجي وتحسين العلاقة مع الأبناء.

أفراد الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من ٥٤ زوجة من الامهات اللواتي يعشن مع أزواجهن، ويعانين من مشاكل في التكيف الزواجي. قامت الباحثة بتوزيع نشرة بها معلومات مبسطة عن مفهوم التكيف الزواجي والجوانب التي تعبر عنه في الحياة الزوجية كما وردت عند سبينير (Spanier 1976). وتم إختيار مجموعة الامهات اللواتي ذكرن الى أنهن يعانين من مشاكل في التكيف الزواجي تبعا لما تم توضيحه في النشرة. وكان عددهن ٧٩ زوجة, وجميعهن أمهات لطلبة المدارس وملتحقون في صفوف دراسية ما بين التاسع والاول ثانوي، وتتراوح أعمارهم بين ١٤–١٧ سنة, حيث أفترض أن هذه الفئة العمرية من الأطفال قادرة على قراءة وفهم المعاني المتضمنة في مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء، والاستجابة على فقرات المقياس كما وردت.وتم زيارة عدد من مراكز تحفيظ القرآن والجوامع.(مبينة في الجزء الخاص بإجراءات الدراسة) بهدف إتاحة الفرصة للآمهات للمشاركة بالدراسة مع التركيز على وجود أبناء للام تتراوح أعمارهم بين ١٤–١٧ سنة. بعد جمع إستجابات الامهات على النشرة الخاصة بالتكيف الزواجي، تم حصر عدد الامهات الراغبات بالمشاركة، اللواتي اشرن إلى وجود مشاكل تكيف زواجي لديهن, أعطيت كل أم رقما, وأجريت عملية سحب عشوائي على الارقام, لاختيار عينة الدراسة, وتم

إختيار ٥٤ رقما تمثل الامهات اللواتي سيشاركن في عينة الدراسة•وقسم عدد أفراد العينة الى مجموعتين: الاولى عددها ٢٩ أما و٢٩ إبنا لتمثل العينة التجريبية في الدراسة, أما المجموعة الثانية فقد كان عددها ٢٥ أما و٢٥ إبنا, واعتبرت مجموعة ضابطة، حيث كان يتم إختيار واحد من الأبناء حتى لو كان للأم من الأبناء أكثر من واحد أعمارهم ضمن الفئة العمرية المطلوبة, ودون التمييز فيما إذا كان الأبناء من الذكور أو الإناث •وقد زاد عدد أفراد المجموعة التجريبية عن الضابطة بأربعة أمهات, تحسبا لإنسحاب أي من الامهات أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي•وأكتفي بهذا العدد ليمثل العينة التجريبية, تبعا للإمكانيات المتاحة للدراسة من حيث المكان وظروف مادية أخرى•

أدوات الدراسة:

تم إستخدام أدوات الدراسة التالية:

أولا: مقياس التكيف الزواجي الذي طوره بلوم ومهرابين عام (1999) Blum and Mehrabian وتم تعريبه من قبل أبي أسعد (2005)•

ثانيا: مقياس العلاقة بين الأمهات والأبناء (نسخة الامهات ونسخة الأبناء) حيث تم تطويره لغايات هذه الدراسة•

ثالثا: برنامج الإرشاد الجمعي لتعديل التشويهات المعرفية لدى الزوجات المشاركات في الدراسة، وفيما يلي توضيحا لهذه الادوات:

أولا: مقياس التكيف الزواجي

تم تعريب المقياس من قبل أبي أسعد (2005), وروعي عند التعريب أن يتناسب المقياس والبيئة الاردنية•ويهدف المقياس الى التعرف على درجة التكيف الزواجي لدى المتزوجين• يتكون المقياس في صورته الأصلية من ٣٥ فقرة، تم إختيارها من بين عدد من مقاييس أخرى أبرزها:

إختبار التكيف الزواجي Marital Adjustment Scale للوك ووليس Locke & Wallace، و مقياس التكيف الثنائي Dyadic Adjustment Scale لسبانير Spanier ، ومقياس كانسس للرضا الزواجي، Kansas Marital Satisfaction Scale•إضافة الى قائمة الرضا الزواجي Marital Satisfaction Index لبيرنت Burnett• وتم إختيار فقرات المقياس الحالي وعددها ٣٥ فقرة من

بين ٥٠٠ فقرة من المقاييس العالمية في التكيف الزواجي، وتتعامل فقرات المقياس مع أربعة جوانب في العلاقة الزوجية كما حددها سبينير(Spanier(1976 هي: مدى التجانس بين الزوجين Homogeneity، والرضا العام ,General Satisfaction والتماسك الزواجي Dyadic Cohesion والتعبير عن المحبة والعطف٠ Affectional Expression حيث كانت الفقرات متساوية من حيث الوزن، مع وجود ١٨ فقرة إيجابية و ١٧ فقرة سلبية٠ وتم إستخدام المقياس في دراسة أبو أسعد (2005) لقياس علاقة التكيف الزواجي ككل دون أن يكون هناك تفصيل في الدرجات التي يحصل عليها المستجيب على كل جانب من الجوانب التي يقيسها المقياس٠

يتمتع المقياس الأصلي بصدق عاملي، حيث أن فقرات المقياس تتجمع حول عامل واحد٠ كما يتمتع المقياس بالثبات، حيث كان ثبات الاتساق الداخلي (٩٤,), والثبات عن طريق الإعادة، و بفاصل زمني ستة أسابيع هو (٨٣,)، كما أن صياغة الفقرات في المقياس يمكن إستخدامها مع كل من الزوج والزوجة٠

بالنسبة للنسخة الاردنية المعربة, فقد تم إستخراج الصدق والثبات للمقياس من خلال إستخدام أربعة أساليب هي:الصدق المنطقي، والصدق التمييزي، والصدق التلازمي, وصدق البناء٠ وظهر أن المقياس مناسب للإستخدام في البيئة الاردنية (أبو أسعد 2005) ٠ ولغايات إستخدام المقياس لهذه الدراسة, فقد تم تعديل صياغة بعض الفقرات بإستخدام تعبير "زوجي" بدلا من شريك حياتي لأن عينة الدراسة تتكون من الزوجات فقط٠

تم عرض المقياس(ملحق رقم ١)لأغراض الدراسة الحالية, على ٥ محكمين من المختصين في الإرشاد النفسي أو علم النفس في الجامعة الاردنية والجامعة الهاشمية٠وأشاروا بصلاحية فقرات المقياس وملاءمتها لقياس ما وضعت لقياسه٠وتم إستخلاص مؤشرات الثبات للمقياس بطريقتين هما: الثبات عن طريق الإعادة وثبات الإتساق الداخلي٠ حيث تم تطبيق المقياس على عينة من الزوجات وعددها ٣٠ من غير المشاركات في الدراسة، ثم أعيد تطبيق المقياس عليهن بعد ١٣ يوما من التطبيق الاول٠ وتم إستخراج معامل الإرتباط بين المرتين, وكان(٦٤,)، وأعتبر ذلك مناسبا لإستخدام المقياس لغايات الدراسة٠

كما تم تجزئة فقرات المقياس الى مجموعتين- بعد تطبيقه على عينة من الزوجات من غير أفراد الدراسة وعددها ٣٠، تكونت المجموعة الاولى من ١٨ فقرة إيجابية، والمجموعة

الثانية من ١٧ فقرة سلبية. واستخدمت معاملة سبيرمان براون Spearman-Brown , للحصول على مستوى الثبات في الإتساق الداخلي بين فقرات المقياس، وكان معامل الثبات (,٧٩).

وتم إستخدام طريقة تصحيح المقياس كما وردت لدى أبي أسعد (2005)، حيث صحح المقياس إستنادا الى سلم إجابة مكون من خمس درجات هي:

- أوافق بدرجة مرتفعة: وتعني الموافقة لدرجة كبيرة على وجود مضمون الفقرة مع الزوج، وتعطى (٥) درجات.
- أوافق بدرجة بسيطة، وتعني الموافقة على مضمون الفقرة بدرجة بسيطة، وتعطى (٤) درجات.
- بين الموافقة والرفض: وتعني التردد في الموافقة / أو عدم الموافقة بحيث تكاد تتساوى نسبة الموافقة أو عدمها على مضمون الفقرة، وتعطى (٣) درجات.
- لا أوافق بدرجة بسيطة: وتعني أن المستجيبة على المقياس تميل أكثر إلى عدم الموافقة على ما جاء في مضمون الفقرة في علاقتها مع زوجها، وتعطي درجتان.
- لا أوافق بدرجة مرتفعة: وتعني أن المستجيبة على المقياس متأكدة من عدم قبولها لمضمون الفقرة في علاقتها مع زوجها، وتعطى درجة واحدة.

واحتوى المقياس على فقرات إيجابية وسلبية، أما الفقرات الإيجابية فهي: (١ ، ٣ ، ٥ ، ٧ ، ٨ ، ١٠ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٥ ،١٨ ، ١٩ ، ٢١ ، ٢٣ ، ٢٦ ، ٢٩ ، ٣٢ ، ٣٤ ، ٣٥). وأما الفقرات السلبية فهي: (٢ ، ٤ ، ٦ ، ٩ ، ١١ ، ١٤ ، ١٦ ، ١٧ ، ٢٠ ، ٢٢ ، ٢٤ ، ٢٥ ، ٢٧ ، ٢٨ ، ٣٠ ، ٣١ ، ٣٣).

ولأغراض البحث فقد تم إحتساب الدرجة الكلية على المقياس حيث تراوحت الدرجة الكلية بين ٣٥–١٧٥, وقد عكست الفقرات السلبية لإحتساب هذه الدرجة, ويوصف المفحوص الذي تقترب درجته الكلية على المقياس من الحد الاعلى (١٧٥) أنه يمتلك تكيف زواجي مرتفع, ومن تقترب درجته من الحد الادني (٣٥) أن لديه تكيف زواجي متدن. (أبو أسعد,2005)

ثانيا: مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء

تم تطوير مقياس لقياس العلاقة بين الامهات والأبناء, ويهدف المقياس إلى التعرف على طبيعة علاقة الامهات بالأبناء وعلاقة الأبناء بالامهات, من خلال ثلاثة أبعاد تتمثل في :

السلطة الوالدية، (الفقرات من ١-٢٨)، الإرتباط العاطفي مع الأبناء، (الفقرات من ٢٩-٥١)، والوفاق الزواجي، (الفقرات من ٥٢-٧٣)٠وقد إستخدم المقياس للتعرف على مستوى العلاقة بين الامهات والأبناء من وجهة نظر كل منهما، حيث وضعت نفس فقرات المقياس بصيغتين تخاطب إحداهما الامهات, والثانية الأبناء٠ فكان هناك نسخة للامهات،(ملحق رقم٢)، ونسخة للأبناء(ملحق رقم٣)٠

بالنسبة لبعد السلطة الوالدية، فقد تم تعريفه على أنه يمثل نمط تعامل الامهات مع الأبناء، بهدف تحقيق تنشئة الأبناء وفق ما تراه الامهات مناسبا لصالح أبنائهن٠وتمت صياغة فقرات المقياس التي تعبرعن السلطة الوالدية من خلال ثلاثة أنماط للسلطة الوالدية أشار إليها رايس Rice(2001) هي: **النمط التسلطي**،Authoritarian، حيث يتشدد الآباء في هذا النمط فيما يتعلق بطاعة الآباء للأبناء، ويستخدمون القوة ليفرضوا السلوك الجيد على أبنائهم, ويكونون حريصين على أن يظل الأبناء خاضعين لهم, ويحولون دون إستقلالية الأبناء، ولا يشجعون على تبادل الحوار, ولديهم نزعة لإستخدام القسوة في التعامل مع الأبناء, وقد قامت الباحثة بصياغة فقرات بعد النمط التسلطي من خلال وصف رايس Rice(2001) لنمط الآباء المتسلط, وتم التعبير عن هذا النمط من خلال الفقرات رقم: ٤ ، ٨ ، ١١، ١٢ ، ١٦، ١٧، ١٩، ٢٠ ، ٢٢٠

النمط الديمقراطي Democratic يرى رايس Rice(2001) أن الآباء الذين يتبعون النمط الديمقراطي في تنشأة أبنائهم, يظهرون عناية في توجيه سلوك الأبناء ونشاطاتهم بطريقة عقلانية, ويشجعون على الحوار, ويظهرون حزما في ضبط سلوك الأبناء عندما يخالفون التعليمات, لكنهم لا يبالغون في ذلك, كما يعنى هذا النمط من الأباء بإهتمامات الأبناء وحاجاتهم الفردية, لكنهم يضعون القواعد والمبادئ السلوكية لأبنائهم, ويتميزون بالحزم والمعقولية وبالدفئ والحنان والحب، ومعنييون بالتنشئة الاجتماعية لأبنائهم٠ وقد قامت الباحثة بصياغة فقرات بعد النمط الديمقراطي من خلال وصف رايس للنمط الديمقراطي للتنشئة الوالدية, وفقرات المقياس التي تعبر عن هذا النمط هي: ١، ٢، ٣ ، ٥ ، ٩ ، ١٣ ، ١٨ ، ٢١ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٢٨ ٠

النمط المتسيب Permissive ذكر رايس ,Rice(2001) أن الآباء في نمط الوالدية المتسيب, لا يفرضون على أبنائهم أي قيود، يتقبلون سلوك الأبناء المندفع وأفعالهم دون أن يحاولوا التدخل لتهذيب سلوكهم، وبعض هؤلاء الآباء يدللون أبنائهم, وبعضهم لا فرق لديهم في هذا المجال حيث يتركون أبنائهم يفعلون ما يريدون في محاولة منهم لتجنب المسؤولية تجاههم٠وقد قامت

الباحثة بصياغة فقرات هذا البعد من خلال وصف نمط التنشئة الوالدية المتسيب, وعبرت الفقرات التالية في المقياس عن هذا النمط وهي: ٦ ، ٧ ، ١٠ ، ١٤ ، ١٥ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٧ ٠

أما بالنسبة لبعد الإرتباط العاطفي، فقد تم إستخدام الإرتباط في العلاقة بين الامهات والأبناء، بمعنى الإرتباط العاطفي والإنفعالي، والذي يشير إلى إستمرارالمشاعر ذات العلاقة بهذا الإرتباط مع مرور الزمن، بما في ذلك إحساس الأبناء بالامان، حتى لو أضطروا الى الإبتعاد عن أمهاتهم, الناشف (2007)٠ويعبر عن هذه المشاعر من خلال أنماط سلوكية معينة متبادلة بين طرفي العلاقة (الامهات والأبناء)٠ ومن الأنماط السلوكية التي تعبر عن هذه العلاقة، **تقديم الدعم والمساعدة،** وتعبر عنه الفقرات رقم:٢٩ ، ٣٠، ٣٣ ، ٣٤، ٣٦، ٣٩، ٤٢ ٠ **والمشاركة** وتعبر عنها الفقرات رقم: ٣١، ٣٢ ، ٣٧ ، ٣٨ ، **والتفهم والتعاطف** وتعبر عنه الفقرات رقم: ٤١ ، ٤٤ ، ٤٩، ٥٠ ، ٥١ ، **والنمذجة** وتعبر عنها الفقرات رقم: ٤٠ , ٤٣ ، ٤٥ ، ٤٦، ٤٧، ٤٨ ٠ وقد قامت الباحثة بصياغة فقرات هذا البعد تبعا لمعنى الإرتباط العاطفي المشار إليه٠

أما بالنسبة لبعد الوفاق الزواجي، فقد أستخدم ليشير الى درجة إحساس الامهات وإحساس الأبناء برضا الامهات وقبولهن لعلاقاتهن الزوجية٠ وقد إستخدم مفهوم الوفاق الزواجي كمرادف لمفهوم التكيف الزواجي، حيث يتعامل مقياس التكيف الزواجي مع أربعة جوانب في العلاقة الزوجية كما حددها سبينير (Spanier(1976 وهي:

أولا: التجانس بين الزوجين, ويشير إلى درجة الاتفاق الزواجي حول أمور مثل التمويل العائلي, أمور التسلية والدين, فلسفة الحياة, ومهمات البيت٠وقد قامت الباحثة بصياغة فقرات تعبر عن التجانس بين الزوجين وتحمل جميعها مضامين هذا المفهوم كما جاءت في الفقرات التي تحمل الأرقام التالية: ٥٢، ٥٣ ، ٥٧ ، ٦٧ ،٦٨٠

ثانيا: الرضا الزواجي بشكل عام, و يتعلق بالالتزام في الإستمرار بالعلاقة الزوجية, والرضا بما يتطلبه الزواج من مهام, كما يتصل بالطمأنينة تجاه الشريك٠ وقامت الباحثة بصياغة فقرات هذا الجانب لتعبر عن هذه المضامين, كما هي في الفقرات التي تحمل الارقام التالية: ٥٤ ، ٥٥ ، ٥٩ ، ٦١ ، ٦٣ ٠

ثالثا:التماسك الزواجي, ويشير إلى تكاتف الازواج وتضامنهم معا رغم التحديات التي تواجههم, والتعاون في إنجاز الاعمال وتوزيع المسؤوليات, والمشاركة في الاهتمامات الشائعة٠ وقد تمت

صياغة فقرات جانب التماسك الزواجي في إطار هذه المضامين المعبرة عنه, كما هي في الفقرات التي تحمل الارقام التالية: ٥٦ ، ٦٠ ، ٦٢ ، ٦٤ ، ٦٥ ، ٦٦، ٦٩ ٠

رابعا: التعبير عن المحبة والعطف في التكيف الزواجي، ويشير إلى التعبير عن الود والحنان والعطف نحو الشريك وإقامة علاقات جنسية تستند إلى هذه المحبة٠ وتمت صياغة فقرات المقياس الخاصة بالتعبير عن المحبة والعطف كجانب من جوانب التكيف الزواجي، وهذه الفقرات هي: ٥٨ ، ٧٠ ، ٧١ ، ٧٢ ، ٧٣ ٠

تم التحقق من صدق المقياس بإستخدام نوعين من الصدق هما: صدق المحتوى، وصدق البناء٠ وعرض المقياس على أحد عشر محكما من المختصين في مجال الإرشاد النفسي وعلم النفس في الجامعات الاردنية، الحكومية والخاصة, وهي: الجامعة الاردنية وجامعة اليرموك والجامعة الهاشمية, وجامعة الزرقاء الاهلية, وجامعة إربد الاهلية, وجامعة عمان العربية للدراسات العليا٠وطلب من المحكمين بيان صلاحية العبارة لقياس ما وضعت لقياسه، وذلك بعد إطلاعهم على أبعاد المقياس وأهدافه٠ كما طلب منهم بيان مدى وضوح العبارة وإقتراح التعديلات المناسبة٠ وتم إعتماد معيار إتفاق ٨ محكمين للحكم على صلاحية الفقرة لتبقى ضمن المقياس٠ وكان عدد فقرات المقياس قبل إجراء صدق المحتوى عليها ١٠٨ فقرات٠ وبناء على الإقتراحات المقدمة من المحكمين، فقد تم تغيير صياغة العديد من الفقرات، وحذف بعضها لتكرارها، وأصبح عدد فقرات المقياس النهائية ٧٣ فقرة لقياس الجوانب المختلفة للأبعاد الكلية للمقياس (ملحق رقم ٢ و٣)٠

تم التحقق من تجانس الفقرات وهو مؤشر من مؤشرات صدق البناء, من خلال حساب معامل إرتباط الفقرة مع البعد الذي تنتمي إليه٠ وقد تراوحت معاملات الإرتباط بين الفقرات المكونة للبعد الاول (السلطة الوالدية) والدرجة الكلية، بين ٣٤ ,٠- ٠,٦٤ وتراوحت معاملات الإرتباط بين فقرات البعد الثاني (الإرتباط العاطفي) والدرجة الكلية بين ٠,٣٠ – ٠,٧٣ ٠ كما تراوحت معاملات الإرتباط بين فقرات البعد الثالث (الوفاق الزواجي) والدرجة الكلية بين ٠,٣٤ – ٠,٨١، وكانت جميع معاملات الإرتباط ذات دلالة إحصائية٠

وتم إجراء نوعين من الثبات لنسختي مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء، وهما: الثبات عن طريق الإعادة، والثبات عن طريق الإتساق الداخلي٠

طبق المقياس على عينة مكونة من ٣٠ زوجة من غير أفراد الدراسة، ممن لديهن أبناء، تتراوح أعمارهم بين ١٤-١٧ سنة(ذكورا أو إناثا)٠ وقد طبق المقياس عليهن مرتين بفارق زمني١٣يوما٠وتم حساب الثبات بين المرتين بإستخدام معامل إرتباط بيرسون Pearson correlation وبلغ معامل الثبات ٨٣, وأعتبرت هذه النسبة مقبولة لغايات الدراسة٠

وتم إستخدام معادلة كرونباخ ألفا Cronbach Alpha للحصول على ثبات الاتساق الداخلي لمقياس العلاقة بين الامهات والأبناء(على عينة من الزوجات,عدد أفرادها ٣٠)، حيث بلغ معامل الثبات ٨٢ ¸ وأعتبرت هذه النسبة مقبولة لغايات هذه الدراسة٠ كما تم حساب ثبات مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء (نسخة الأبناء)، عن طريق الإعادة ، وعن طريق الإتساق الداخلي, حيث تم تطبيق المقياس مرتين بينهما ١٥ عشر يوما، على عينة من الطلبة الذين تتراوح أعمارهم بين ١٤-١٧ سنة في الصفوف التاسع والعاشر والاول ثانوي، وعددهم ٣٤ طالبا وطالبة من غير أفراد عينة الدراسة، وتم حساب معامل الإرتباط بين مرتي التطبيق، حيث بلغ ٩٠, وأعتبرت هذه النسبة مقبولة لغايات الدراسة٠

وتم إستخدام معادلة كرونباخ ألفا Cronbach Alpha للحصول على ثبات الإتساق الداخلي لمقياس العلاقة بين الامهات والأبناء(نسخة الأبناء) بعد تطبيقه على عينة مكونة من ٣٤ طالبا وطالبة, حيث بلغ معامل الثبات، ٩١, وأعتبرت هذه الدرجة مناسبة لإستخدام المقياس في الدراسة٠

تصحيح المقياس:

يتكون مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء من٧٣ فقرة لكل نسخة من نسختيْ المقياس(نسخة الامهات ونسخة الأبناء)٠ وتم تصحيح المقياس إستناداً الى سلم إجابة مكون من أربع درجات على الشكل التالي:

- أوافق بشدة: وتعني الموافقة على مضمون الفقرة بدرجة مرتفعة جدا ويعطى لها (٤) درجات٠
- أوافق: وتعني الموافقة على مضمون الفقرة بدرجة بسيطة أقل من (أوافق بشدة) ويعطى لها (٣) درجات٠
- لا أوافق: وتعني أنني لا أقبل ما جاء في مضمون الفقرة، ويعطى لها درجتان٠
- لا أوافق بشدة: وتعني أنني لا أوافق على الاطلاق على جاء في مضمون الفقرة، وتعطى درجة واحدة٠

وكانت جميع فقرات المقياس إيجابية، بإستثناء ١٩ فقرة هي: ٤ ، ٦ ، ٨ ، ١١ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٧ ، ١٩ ، ٢٠ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٦ ، ٢٧ ، ٣٢ ، ٣٨ , حيث أعتبرت جميعها فقرات سلبية٠

ولأغراض البحث فقد تم إحتساب الدرجة الكلية على المقياس حيث تراوحت بين (٧٣– ٢٩٢), وقد عكست الفقرات السلبية لإحتساب هذه الدرجة, ويوصف المفحوص الذي تقترب درجته الكلية على المقياس من الحد الاعلى(٢٩٢) بأن علاقته بأمه ممتازة, والمفحوص الذي تقترب درجته من الحد الادني(٧٣) بأن علاقته بأمه ضعيفة٠أما إذا كانت المستجيبة هي الام وحصلت على درجة تقترب من الحد الاعلى فإن علاقتها بإبنها توصف بأنها ممتازة, في حين توصف الام التي تقترب درجة إستجابتها على المقياس من الحد الادنى, بأن علاقتها بأبناءها ضعيفة٠

ثالثا: برنامج الإرشاد الجمعي لتعديل التشويهات المعرفية لتحسين مستوى التكيف الزواجي والعلاقة مع الأبناء٠

تكون برنامج الإرشاد الجمعي من عشرين جلسة إرشادية، تم تنفيذها خلال عشر لقاءات، بمعدل جلستين لكل لقاء، واستمر كل لقاء لمدة ثلاث ساعات٠

وقد عرض البرنامج قبل تطبيقه, على خمسة من المختصين في مجال الإرشاد النفسي، من الجامعة الاردنية والجامعة الهاشمية, حيث أبدوا الملاحظات، وتم إحداث بعض التعديلات على جلسات البرنامج في ضوء هذه الملاحظات٠وتم بناء مواضيع وجلسات البرنامج بشكل عام، إستنادا الى أساسيات العلاج السلوكي المعرفي التي تنطلق من وجود عدد من التشويهات المعرفية تكون جزءا أساسيا في البنية المعرفية للفرد، وتؤثر على نمط تعامله مع ذاته، وعلى أسلوب تعامله وإدراكاته لعلاقاته مع الاخرين، بما في ذلك العلاقة بين الزوجين٠ حيث قام المعنيون بالعلاج السلوكي المعرفي الزواجي Cognitive Marital Behavior Therapy ٠ (CMBT) بالتأكيد على أهمية تقييم الجوانب المعرفية في العلاقة الزوجية، والتي غالبا ما تمنع أي تغير إيجابي في العلاقة بين الزوجين٠ Weiss and Heyman(as cited n Bellack, et al., 1998) ٠

أثناء الإعداد لبرنامج التدريب الإرشادي, سواء من حيث كتابة الجلسات أو التواصل مع أفراد العينة, تم مراعاة توفر خصائص معينة في البرنامج, كبرنامج علاج معرفي, يهدف الى تحسين مستوى التكيف الزواجي لدى المتزوجين, وللحيلولة دون الاضطرابات النفسية الناتجة

عن عدم التكيف الزواجي٠حيث صمم البرنامج في ضوء ما أشار اليه فريمان وديفيز Freeman and Davis (as cited in Bellack, et al. 1998) فيما يتعلق بطبيعة المواضيع المطروحة, وعدد الجلسات بحيث تتراوح ما بين ١٢-٢٠ جلسة, وتطبق خلال مدة زمنية لا تتجاوز ٢٠ اسبوعا مع مراعاة طول الجلسة والظروف الخاصة بالمسترشد٠ وتم الاتفاق على لقاء المشاركات في إطار هذه الإعتبارات٠

تم تخصيص الجلسة الاولى من البرنامج للتعارف والتعريف بطبيعة البرنامج، من خلال عرض مخطط تنظيمي يبين أهداف البرنامج, وعدد جلساته, وأبرز الاستراتيجيات المستخدمة في كل جلسة, ودور المرشد ودور المشاركات, إضافة الى مواضيع الجلسات وأهداف كل جلسة،وفي نهاية الجلسة تم توزيع نموذج لحالة زوجين, طلب من المشاركات قراءتها لمناقشة أفكار الزوجين من خلالها في الجلسة التالية٠

في الجلسة الثانية من البرنامج تم عرض إطار مفاهيمي حول الكيفية التي تتشكل بها البنية المعرفية للفرد, وما ينتج عنها من أفكار تلقائية, مشوبة بما يعرف في النظرية السلوكية المعرفية بالتشويهات المعرفية٠ تم تعريف التشويهات المعرفية على أنها مجموعة أفكار عامة توجه عملية التفكير بإتجاه خاطئ, وتؤدي بصاحبها الى تكوين إستنتاجات مبنية على معلومات غير مناسبة وغير صحيحة (Corey, 2000)٠ وقد ناقشت المشاركات المعاني المتضمنة في هذا التعريف, وتم تصنيف أفكار الزوجين ضمن ثلاث فئات هي: أفكار عن العلاقة الزوجية, وأفكار عن دور المرأة والرجل, ثم أفكار عن الرجولة بشكل عام٠ قامت المشاركات بمناقشة تأثير هذه الافكار على العلاقة الزوجية٠وأجرى نقاش للتعرف على مصادر تكوين هذه الافكار, والعوامل المؤثرة فيها, وطلب من المشاركات وضع عدد من الافكار ذات العلاقة بالتشويهات المعرفية وإحضارها للجلسة التالية٠

ونظرا لطبيعة هذا البحث الخاصة بتأثير برنامج إرشادي لتعديل التشويهات المعرفية لتحسين العلاقة الزوجية والعلاقة مع الأبناء, فقد تم التركيز على التشويهات المعرفية التي أتفق الباحثون على أنها خاصة في التأثير على العلاقات الزوجية، ويمتد تأثيرها على علاقة الآباء بالأبناء٠ وتم تركيز جلسات البرنامج من الجلسة الثالثة وحتى الجلسة السادسة عشر على هذه التشويهات المعرفية, بواقع جلستين لكل تشويه معرفي، يكون له تأثير على العلاقة بين الزوجين فقط, في حين خصص أكثر من جلستين لبعض التشويهات المعرفية التي تم تناولها من حيث تأثيرها على العلاقة الزوجية وعلاقة الآباء بالأبناء, كما هو موضح تاليا:

الإنتباه الإنتقائي Selective Attention (الجلستين٣ و ٤)، وتم تعريفه على أنه: عملية إدراكية يتم فيها تجاهل الجوانب الإيجابية في الموقف وعزلها، والتركيز على إظهار الجوانب السلبية فقط٠ وقد وزع على المشاركات نموذجا لحالة زوجية , ثم مناقشة الحالة والتعرف على الافكار السلبية التي إختار كل من الزوج والزوجة التركيز عليها, وإستخدم نموذج تسجيل الافكار في المراقبة الذاتية للتعرف على الافكار والمشاعر والادلة على صحة أو عدم صحة هذه الافكار التلقائية لدى الزوجين، وتأثير ذلك على التفاعل بينهما٠ وقامت المشاركات بإقتراح أفكار بديلة, والتعرف على تأثير هذه الافكار البديلة على التفاعل الزواجي, ومقارنة أداء الزوجين من خلال ما حدث في المراقبة الذاتية للأفكار٠

الإفتراضات: Assumptions، (الجلستين ٥ ، ٦) وهي معتقدات أساسية حول طبيعة العلاقة الحميمية بين الزوجين، وتصبح هذه المعتقدات مشكلة عندما تستند الى معلومات غير دقيقة أو غير محددة، ولا ينطبق مضمونها على الزواج بشكل عام، او على العلاقة الزوجية بين رجل وزوجته بشكل خاص٠ وفي هاتين الجلستين إستخدمت إستراتيجيات الحوار ونموذج مراقبة المشاعر, ولعب الادوار على مواقف أعدتها المشاركات, وتم التعرف على إفتراضات الزوج والزوجة, من خلال تمثيل الادوار وتحديد ردود أفعال الزوجين إزاء إفتراضات بعضهما البعض, ووضعت المشاركات الملاحظات والاقتراحات للكيفية التي يمكن من خلالها تغيير مشاعر وأفكار الزوجين لإحداث التأثير الإيجابي في العلاقة بينهما٠

الإستدلال الإنفعالي Emotional Reasoning,خصصت أربعة جلسات لهذا التشويه المعرفي, منها جلستان للبحث في أثر الإستدلال الإنفعالي على العلاقة الزوجية,(الجلسات٧ و٨)،وجلستان للبحث في تأثير هذا التشويه على علاقة الامهات بالأبناء(٩ و١٠)٠ وعرّف الإستدلال الإنفعالي على أنه عملية ذهنية موجهة بالحوار الذاتي للبحث عن أسباب تبدو منطقية، لسلوك يستدل من خلاله على وجود مشاعر معينة لدى صاحبها .(Datillio and Freeman,2000, p 38)٠

إستخدمت إستراتيجيات الحوار وتحليل الموقف في الجلسات الخاصة بتأثير الإستدلال الإنفعالي على العلاقة الزوجية, وإستراتيجيات الحوار, والحديث مع الذات ولعب الادوار في الجلسات الخاصة بالعلاقة بين الأمهات والأبناء٠ وقامت مجموعة من الامهات بتمثيل دور الأبناء، حيث لخّص الافكار في الحوار مع الذات لدى المراهق, وتوضيح مشاعر المراهق إزاء الافكار التي تدور في ذهنه٠ وقامت المشاركات اللواتي قمن بدورهن كأمهات، بتسمية الافكار في الحوار الذاتي, وتوضيح المشاعر التي تعبر عن أفكارهن, مما أتيح لمجموع المشاركات من مقارنة

الأفكار والمشاعر لدى المراهقين وأمهاتهم كوسيلة للتعرف على هذه الجوانب التي تؤثرعلى علاقة الامهات بالابناء, وتم عرض الافكار الخاصة بما يريده المراهق من والديه استنادا إلى ما أشار اليه رايس(Rice(2001 حول ما يريده المراهق من والديه.

المعايير Standards (الجلستان ١١ و ١٢): عرفت المعايير على أنها مجموعة أفكار تتكون في إطار ما سمي بالابنية المعرفية, وتختلف في طبيعتها من شخص إلى آخر تبعا للتجربة الفردية للشخص. وفي العلاقة الزوجية فإن المعايير تشير إلى أفكار الزوجين لما يجب أن يكون عليه شريك الحياة, وقد تتسم هذه الافكار باللاعقلانية ولا تتحقق في شريك الحياة مما ينتج عنها مشكلات تؤثر في صميم العلاقة الزوجية. إستخدمت إستراتيجية العصف الذهني في هذه الجلسات من خلال عبارات تحمل كل منها جانبا من الجوانب المتعلقة بالمعايير, ومن ثم قامت المشاركات بوضع قائمة بالمعايير التي تظهر بين الزوجين, وعرض مخططا يبين كيفية تكون المعايير لدى الزوجين ومصدر التباين في محتواها لدى كل منهما. ورغم أن الزوجين قد يحملان نفس المعايير, لكن الاختلاف بينهما يكون في أولوية هذه المعايير لدى كل منهما. ومن خلال النقاش تعرفت المشاركات على نوعين من المعاييرمن حيث ظهورها في العلاقة الزوجية وهي: معاييرمعلنة وتكون واضحة ويعبر عنها لفظيا من قبل الزوجين, ومعايير ضمنية يتفق الزوجان عليها دون أن يصرحا بها، وإن كانت تظهر من خلال تفاعلهما معا.

العزو Attribution (الجلستان ١٣ و ١٤)، تم تعريف العزو على أنه عملية إدراكية يقوم من خلالها أحد الزوجين، بتفسير سلوك الطرف الاخر أثناء الموقف. ونوقش مفهوم العزو من حيث كونه يتمثل في وجود نزعة لدى الزوجين للقيام بتفسيرات ثابتة وعامة إزاء المواقف التي تعترض حياتهما، من خلال عملية إلقاء اللوم على الطرف الاخر كمتسبب في حدوث المشكلات. استخدم في هاتين الجلستين إستراتيجيات الحوار وتحليل الموقف, ونوقشت مفاهيم الثبات والعمومية وإلقاء اللوم في ظاهرة العزو، من خلال مواقف قامت المشاركات بإقتراحها, و تم بيان مصدر تكوين أنماط العزو لدى الزوجين, وتصنيف العزو الى عزو سلبي يهدم العلاقة الزوجية, ونمط عزو إيجابي يدعم هذه العلاقة.

التوقعات Expectancies (الجلستان ١٥ و ١٦)، تم تناول التوقعات من حيث مفهومها في العلاقات الزوجية، والتوقعات بين الامهات والأبناء، وإستخدمت إستراتيجيات الحوار وتقديم المعلومات في الجلسة (١٥) حيث تم البحث في التوقعات في العلاقة الزوجية من خلال وجود نوعين منها : الاول, يتمثل في توقعات التفاعل مع الاخرين, حيث يكون هناك توقع مسبق ناتج

عن سلوك يقوم به الزوج أو الزوجة، وتكون إستجابة أحدهما للآخر متأثرة بمثل هذا التوقع، وليس من خلال حقيقة ما يحدث في الموقف. والثاني: يتمثل في توقع الفعالية Efficacy expectation حين يعتقد أحد الزوجين أو كلاهما بقدرته على التعامل بكفاءة مع المواقف المختلفة التي يواجهانها. أما بالنسبة للتوقعات وتأثيرها على علاقة الامهات بالآبناء, فقد قسمت التوقعات من حيث نتائجها السلوكية إلى توقعات سلبية وتوقعات إيجابية, وتمثلت التوقعات في العلاقة مع الأبناء من خلال وجود مجموعة من الافكار والطموحات لدى الوالدين يسعيان الى تحقيقها من خلال أبنائهم. وقد استخدمت إستراتيجيات الحوار, وتقديم المعلومات, والتخيل الموجه, من خلال موقف تم إقتراحه من المشاركات , ويتكرر حدوثه بين الأمهات والأبناء.

الجلسات (١٧ –١٩), خصصت للتدريب على آليات التعامل بين الزوجين، من خلال الدعم المتبادل بينهما إزاء التعامل مع سلوكات الأبناء، تم الإستعانة بجلسات تدريب مختصرة ومكثفة تعرف بجلسات التدخل لزيادة دعم الزوجين لبعضهما البعض Partner Support Training (Dadds, et al., 1987). استخدم في هذه الجلسات إستراتيجيات سلوكية معرفية تمثلت في لعب الادوار, والحوار والعصف الذهني والتغذية الراجعة وإستخدام مهام الواجبات المنزلية, إختارت الباحثة هذه الجلسات, كون التشويهات المعرفية التي تضمنتها جلسات البرنامج من ٣–١٦ تم التركيز فيها على التشويهات المعرفية والافكار التلقائية, حيث يكون لدى الزوجين إختلاف فيها تبعا للبنية المعرفية لكل منهما، خاصة ما يتعلق منها بتنشأة الأبناء, وإختلاف معايير الزوجة والزوج حول أمور التنشأة الوالديه مما قد يؤدي إلى مشاكل تؤثرعلى التكيف الزواجي بينهما. ويرى هالفورد وماركمان (1997) Halford and Markman ، أن تعلم المهارات في هذا التدريب تعتبر مهمة بشكل خاص عندما يكون هناك صراع إزاء وجهات النظر المختلفة بين الزوجين حول أمور تتعلق بالتنشئة الوالدية. من هنا فإن الدعم المتبادل بين الزوجين فيما يتعلق بالتعامل مع مشكلات الاطفال السلوكية, يهدف الى تقريب وجهات نظر الزوجين حول أمور تنشأة الأبناء من خلال ثلاثة محاور هي: المحادثات اللبقة, ودعم شريك الحياة, والمناقشة حول حل المشكلات, ووزعت هذه المحاور بالترتيب على الجلسات الثلاث. قامت المشاركات بإقتراح عدد من المواقف التي يتكرر حدوثها بين الآباء والأبناء, ومن خلال الإستراتيجيات المعرفية تم تطبيق المفاهيم المختلفة المتعلقة بموضوع كل الجلسة من خلال المواقف المقترحة على النحو التالي:

الجلسة (١٧): "**المحادثات اللبقة بين الزوجين**", حيث نوقشت الاهداف التي تحققها المحادثات اللبقة وخطواتها, وتم تمثيل موقف عام يتكرر بين الآباء والأبناء, وسجلت المشاركات الملاحظات حول سلوك الزوجين في الموقف أثناء تمثيل الدور أول مرة, وفي المرة الثانية تم تمثيل الموقف من خلال إقتراحات بديلة للحديث الذي يدور بين الزوجين مع إتباع خطوات المحادثات اللبقة التي نوقشت في الجلسة.

الجلسة:(١٨) " **دعم شريك الحياة**" , حيث نوقشت خطوات دعم الشريك، وتم تمثيل الادوار لموقف إقترحته المشاركات, وسجلت الملاحظات حول انفعالات الزوجين أثناء الموقف وردود أفعالهما, قبل وبعد استخدام خطوات دعم شريك الحياة.

الجلسة:(١٩) **"المناقشة حول حل المشكلات"**: إتبع في هذه الجلسة استراتيجيات حل المشكلات, من خلال تحديد مكان معين لمناقشة المشكلة, وتحديد المشكلة وتسمية السلوكات المرتبطة بها, وتبادل الزوجين للرأي حول الحلول المناسبة لهذه المشكلة, ثم مناقشة كل حل على حدة, وبيان إيجابياته وسلبياته, وإختيار أفضل الحلول، والإتفاق على موعد لمناقشة الحل الذي تم إختياره, وقامت المشاركات بتطبيق هذه الخطوات على حالة تم إقتراحها, وناقشت المشاركات أهمية وجود الدعم المتبادل بين الزوجين والفوائد التي يحققها لكل منهما على حدة, وعلى علاقتهما الزوجية بشكل عام.

١- الجلسة (٢٠) تم فيها إنهاء وتقييم البرنامج وتزويد المشاركات بشريط ممغنط يحتوي جلسات البرنامج كلها.

متغيرات الدراسة:

تتمثل متغيرات الدراسة فيما يلي:

المتغير المستقل:

- البرنامج الإرشادي لتعديل التشويهات المعرفية.

المتغيرات التابعة:

- التكيف الزواجي.
- علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الامهات.
- علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الأبناء.

تصميم الدراسة:

تم تقسيم عينة الدراسة الى مجموعتين تجريبية وضابطة. تكونت كل مجموعة من الزوجات والابناء٠ وقد طبق على أفراد المجموعتين مقاييس التكيف الزواجي, ومقياس العلاقة بين الامهات والأبناء: نسخة الامهات ونسخة الأبناء, على النحو التالي:

إختبار بعدي	معالجة تجريبية	إختبار قبلي	المجموعة	التوزيع العشوائي
01, 02, 03	X	01,02,03	EG	R
01,02,03	--------	01,02,03	CG	

الاجراءات:

تم إجراء الدراسة في الفترة الواقعة ما بين١/٥/٢٠٠٩ – ١/٨/٢٠٠٩ ، وقد تم جمع عينة الدراسة، من خلال قيام الباحثة بزيارات ميدانية لعشر مدارس خاصة ولديها طلبة في الصفوف، ما بين التاسع والاول ثانوي، إضافة الى الأماكن التي توجد بها مجموعات نسائية وعددها ٧, كالجوامع ومراكز تحفيظ القرآن, كذلك تم التواصل مع شبكة الأصدقاء والمعارف من أجل جمع أكبر عدد من الزوجات الراغبات في المشاركة بالدراسة، وتنطبق عليهن مواصفات عينة الدراسة٠ وقد تم التأكد من توضيح طبيعة الدراسة وأهدافها، حتى يتمكن المعنيون من الأصدقاء والمعارف من توضيح الفكرة بدورهم للزوجات الراغبات بالمشاركة، ممن لديهن أبناء تتراوح أعمارهم ما بين ١٤–١٧ سنة٠ حيث كان يطلب من كل منهن تزويد الباحثة برقم هاتفها، ويتم الإتصال بها بشكل فردي لشرح طبيعة الدراسة وأهدافها وطريقة تنفيذها،

وبعد السحب العشوائي على الارقام التي أعطيت للزوجات الراغبات في المشاركة (كما ذكر في الجزء الخاص بإختيار أفراد الدراسة) فقد جاء توزيع الزوجات تبعا للمدارس والمراكز وشبكة المعارف, على النحو التالي:

بعد حصر عدد الزوجات الراغبات بالمشاركة في الدراسة وكان عددهن ٧٩ زوجة، تم إعطاء كل زوجة رقما، وتم سحب ٥٤ رقما بطريقة عشوائية من بين الأرقام لتشكل عينة الدراسة٠وكان توزيع الزوجات تبعا للجهة التي تنتمي إليها كما هو مبين في الجدول التالي:

المراكز والمدارس التي جمعت منها أفراد الدراسة وتوزيع أعدادها

شبكة الاصدقاء	**العدد**	مراكز تحفيظ القرآن	العدد	المدارس	العدد
اصدقاء/معارف	٥	أمجاد لتحفيظ القرآن(جمعية القرآن الكريم,البيادر)	١	مدارس النظم الحديثة(تلاع العلي	٤
		الريحان لتحفيظ القرآن الكريم(جمعيةالصالحين-البيادر)	٢	مدرسة الريادة العلمية(الجبيهة)	١
		النورلتحفيظالقرآن الكريم(جمعية تحفيظ القرآن الكريم,الهاشمي)٠	٤	مدارس المملكة- صويلح	٤
		السلسبيل-جمعية تحفيظ القرآن الكريم,تلاع العلي٠	٦	مدارس الجامعة(صويلح)	٣
		مهارات التفوق (الرابية	٢	الاتحاد(المدينة الرياضية)	٣
		جامع الكالوتي(الرابية)	٢	التربية الريادية(تلاع العلي)	٥
		جامع البر والإحسان(طارق)٠	٤	مدارس فيلادلفيا(الرونق	٢
				مدرسة كامبردج(الرابية	٣
				أكاديمية عمان(خلدا)	١
				الرضوان(خلدا)	٢
المجموع	٥		٢١		٢٨
المجموع الكلي	٥٤				

وتم السحب العشوائي ثانية لعدد الزوجات الأربعة والخمسين (٥٤) لتوزيعها بين المجموعتين التجريبية والضابطة, حيث تم سحب أرقام أفراد المجموعة التجريبية وكانت ٢٩ رقما لتمثل الزوجات المشاركات في المجموعة التجريبية، في حين تم سحب أرقام المجموعة الضابطة وكان عددها ٢٥ رقما لتمثل الزوجات المشاركات في المجموعة الضابطة, وقد زاد عدد أفراد المجموعة التجريبية عن أفراد المجموعة الضابطة تحسبا لإنسحاب أي من الزوجات أثناء تطبيق البرنامج٠ وكان توزيع الزوجات بين هاتين المجموعتين حسب الجهة التي تنتمي إليها الزوجة على النحو التالي:

التوزيع العشوائي لأفراد المجموعة التجريبية			التوزيع العشوائي لافراد المجموعة الضابطة		
ش٠الاصدقاء	مراكزت٠القرآن	المدارس	ش٠الاصدقاء	مراكزت٠القرآن	المدارس
٢	١٥	١٢	٣	٦	١٦
المجموع:	٢٩		المجموع:	٢٥	
المجموع الكلي: ٥٤					

قبل البدء في تطبيق جلسات البرنامج، أجري إختبار قبلي على عينة الدراسة٠حيث قامت الزوجات في المجموعتين التجريبية والضابطة بالإستجابة على مقاييس التكيف الزواجي، ومقياس العلاقة بين الامهات والأبناء (نسخة الامهات)٠ ومن ثم تم تزويد كل مشاركة من المجموعتين التجريبية والضابطة، بنسخة مقياس العلاقة بين الأمهات والأبناء(نسخة الأبناء), ليتم تعبئته من قبل الابن أو البنت، بعد أن تفسر الام لإبنها أو إبنتها طريقة تعبئة المقياس دون التدخل بإستجابة الابن أو البنت على فقرات المقياس٠وقد أعطيت نسخ المقاييس لكل مشاركة في المجموعتين التجريبية والضابطة رقما لنسخة مقياس التكيف الزواجي, ونفس الرقم لنسخة الامهات من مقياس العلاقة بين الامهات والابناء, نسخة الابناء٠وأعطيت كل نسخة من مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء(نسخة الأبناء) والتي وزعت على الابناء في المجموعتين التجريبية والضابطة نفس الرقم الذي أعطي لنسخة الام في مقياس التكيف الزواجي ومقياس العلاقة بين الامهات والابناء(نسخة الامهات) , بحيث اصبحت المقاييس الخاصة بكل زوجة من أفراد العينة ,سواء في المجموعة التجريبية أو الضابطة لديها نفس الرقم على المقاييس الثلاثة٠ وقد أبلغت الزوجات في المجموعة الضابطة عندما تم جمع استجاباتهن واستجابات ابنائهن على المقاييس الثلاث, بأنهن سوف يجبن مع أبنائهن على فقرات المقاييس ثانية في فترة زمنية تقارب ٧ أيام قبل الانتهاء من تطبيق البرنامج الارشادي على الزوجات المشاركات في المجموعة التجريبية , وسيكون ذلك في الفترة الواقعة ما بين ٧/٢٥ الى ١-٨/ ٢٠٠٩٠ أما بالنسبة للمجموعة التجريبية فقد تم جمع إستجاباتهن على المقاييس الثلاثة في الجلسة الاولى من البرنامج الارشادي, حيث تم البدء بتنفيذ جلسات البرنامج الإرشادي بتاريخ ٢٠٠٩/٥/٣٠، على مدار عشر لقاءات، تم في كل لقاء تنفيذ جلستين من جلسات البرنامج٠ تم التركيز في الجلسة الاولى من كل لقاء على شرح مفهوم الموضوع المخصص للجلسة (كتشويه معرفي)، حيث كان يتم التأكد من أن المفهوم الخاص بموضوع الجلسة قد أصبح واضحا للمشاركات، وفي الجلسة الثانية من اللقاء، يتم التركيز على التدريبات العملية المتعلقة بموضوع كل جلسة، حيث كان هناك حرص على تنويعها، وإستخدام إستراتيجيات سلوكية معرفية كالحوار والعصف الذهني وإستخدام

نماذج المراقبة الذاتية, وتمثيل الأدوار والتخيل الموجه، (كما هو مبين في الملحق التفصيلي رقم ٣ لجلسات البرنامج المرفقة بالدراسة)٠ في الجلسة الاولى, أعربت العديد من المشاركات عن عدم إستطاعتهن حضور ٢٠ جلسة إرشادية نظرا لإرتباطاتهن العائلية والإجتماعية، من هنا تم الإتفاق على تنفيذ جلستين في كل لقاء، وكانت مدة كل لقاء ثلاث ساعات، ما بين العاشرة صباحا والواحدة بعد الظهر، تخللها إستراحة لمدة ١٥ عشر دقيقة٠على مدار عشر جلسات٠ بعد الانتهاء من الجلسة قبل الاخيرة من جلسات البرنامج, تم الاتصال بالزوجات المشاركات في المجموعة الضابطة, حيث سلمت كل منهن نسخة من مقياس التكيف الزواجي, ومقياس العلاقة بين الامهات والابناء (نسخة الامهات ونسخة الابناء, وطلب منهن الإجابة على فقرات المقياس(الإختبار البعدي) كما حدث في المقياس القبلي, وتم جمع المقاييس من أفراد المجموعة الضابطة قبل بداية الجلسة الاخيرة من جلسات البرنامج الارشادي٠ أما بالنسبة للزوجات في المجموعة التجريبية فقد أعطيت كل منهن في الجلسة قبل الاخيرة مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء(نسخة الأبناء)، ليجيب الأبناء على فقرات المقياس مرة ثانية (الإختبار البعدي)٠ وقد أحضرت المشاركات نسخة مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء (نسخة الأبناء), في اللقاء الاخير للبرنامج, وتم إعطاء نسخ المقياس البعدي نفس الارقام التي أعطيت للمقاييس التي أجابت عليها الامهات في المقياس القبلي٠ أما بالنسبة للامهات، فقد قمن بالإجابة على فقرات مقياس التكيف الزواجي، ومقياس العلاقة بين الامهات والأبناء(نسخة الامهات) في جلسة الإنهاء والتقييم(الجلسة العشرين), بتاريخ ٢٠٠٩/٨/١٠ وبعد أن تم جمع استجابات الامهات والأبناء في المجموعتين التجريبية و الضابطة على المقاييس الثلاث, تم تفريغ البيانات وإجراء التحليل الاحصائي٠

التحليل الاحصائي:

تم إستخدام عدد من المعالجات الاحصائية لبيانات الدراسة على النحو التالي:

تم إيجاد معاملات الإرتباط بين المتغيرات التابعة في الدراسة, وهي التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء. وإستخرجت المتوسطات القبلية والبعدية لإستجابات المفحوصين على مقياس التكيف الزواجي. وأجري تحليل التباين المشترك ANCOVA للتعرف على دلالة الفروق الإحصائية بين مجموعتي الدراسة :التجريبية والضابطة. واستخرجت المتوسطات البعدية المعدلة للمجموعتين التجريبية والضابطة.

كما إستخرجت المتوسطات القبلية والبعدية لإستجابات المفحوصين على مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء من وجهة نظر الامهات وفقا لمتغير المجموعة. ومن ثم اجري تحليل التباين المشترك متعدد الأبعاد MANCOVA للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الامهات. كما تم إستخدام تحليل التباين المشترك ANCOVA لإستخراج دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لكل بعد من أبعاد علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الامهات. وإستخرجت المتوسطات الحسابية البعدية المعدلة للمجموعتين التجريبية والضابطة لأبعاد مقياس علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الامهات.

وتم تكرار الإجراءات الإحصائية ذاتها على إستجابات الأبناء على مقياس علاقة الامهات بالابناء من وجهة نظر الابناء.

الفصل الرابع

النتائج

هدفت الدراسة الحالية الى إستقصاء أثر برنامج إرشادي يقوم على تعديل التشويهات المعرفية لتحسين نمط التفاعل بين المتزوجين، وتحسين مستوى العلاقة بين الامهات والأبناء. وقد تم تطبيق هذه الدراسة على عينة مكونة من ٥٩ زوجة ولديهن أبناء (ذكور وإناث)، تتراوح أعمارهم بين ١٤-١٧ سنة، وقد عملت الدراسة على فحص الفرضيات التالية:

١. لا توجد علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي والعلاقة المتبادلة بين الامهات والأبناء كما يدركها كل من الامهات والأبناء.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠,٠٥) في درجة التكيف الزواجي بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠,٠٥) في العلاقة مع الأبناء كما تدركها الامهات بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية.

٤. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠,٠٥) في العلاقة مع الامهات كما يدركها الأبناء بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية.

النتائج المتعلقة بالفرضية الاولى

لا توجد علاقة إرتباط بين متغيرات التكيف الزواجي والعلاقة المتبادلة بين الامهات والأبناء، كما يدركها كل من الامهات والأبناء.

للتحقق من الفرضية الأولى، فقد تم حساب معاملات الإرتباط بين التكيف الزواجي والعلاقة بين الامهات والأبناء، على القياس القبلي كما يتضح في جدول (١):

جدول (١)

معاملات الإرتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الأمهات والأبناء

	التكيف الزواجي			
	الامهات		الأبناء	
	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
السلطة الوالدية	٠،٣٦	٠،٠١	٠،١٦	٠،٢٦
الإرتباط العاطفي	٠،٦٣	٠،٠٠٠	٠،٣٨	٠،٠١
الوفاق الزواجي	٠،٥٧	٠،٠٠٠	٠،٣١	٠،٠٣
الدرجة الكلية	٠،٦١	٠،٠٠٠	٠،٣٦	٠،٠١

يتضح من جدول(١) وجود علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي وكل من الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية لمقياس العلاقة المتبادلة بين الامهات والأبناء كما تدركها الامهات٠ وكذلك وجود علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي وكل من الدرجة الكلية واثنين من الأبعاد الفرعية لمقياس العلاقة المتبادلة بين الآمهات والأبناء كما يدركها الأبناء, هما بعدا الإرتباط العاطفي والوفاق الزواجي٠ كما لم يكن هناك علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي والسلطة الوالدية من وجهة نظر الأبناء٠

النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) ، في درجة التكيف الزواجي بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية٠

للتحقق من الفرضية الثانية تم حساب المتوسطات الحسابية القبلية والبعدية والإنحرافات المعيارية لإستجابات الأفراد في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التكيف الزواجي، وكانت النتائج كما يبينها جدول (٢):

جدول(٢)

المتوسطات القبلية والبعدية لإستجابات المفحوصين على مقياس التكيف الزواجي وفقا لمتغير المجموعة (التجريبية والضابطة)

	المجموعة			
	التجريبية		الضابطة	
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري
القبلية	٣،١٨	٫١٩	٢،٩٧	٫٣٠
البعدية	٣،٤١	٫٠٧٧	٢،٨٣	٫٣٠

يتضح من جدول (٢) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة٠ فقد بلغ المتوسط القبلي في المجموعة التجريبية ٣،١٨, في حين بلغ المتوسط البعدي لنفس المجموعة ٣،٤١٠ وبلغ المتوسط القبلي للمجموعة الضابطة ٢،٩٧, في حين بلغ المتوسط البعدي لنفس المجموعة ٢،٨٣ , ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق ذات دلالة إحصائية, تم إجراء تحليل التباين المشترك ANCOVA٠ ويوضح جدول (٣) نتائج هذا التحليل:

جدول(٣)

تحليل التباين المشترك ANCOVA لدلالة الفروق في التكيف الزواجي بين المجموعتين التجريبية والضابطة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف"	مستوى الدلالة
التكيف الزواجي(قبلي)	١٣،١١	١	١٣،١١	٤٠٣،٧	٫٠٠٠
المجموعة	٤،٢٧	١	٤،٢٧	١٣١،٣٤	٫٠٠٠
الخطأ	١،٥٣	٤٧	٫٠٣		
المجموع الكلي	١٩،١٠	٤٩			

من خلال النظر إلى جدول (٣) يتضح أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية(عند مستوى α= ٠،٠٥) في درجة التكيف الزواجي بين المجموعتين التجريبية والضابطة٠ حيث بلغت قيمة ف ٤٠٣،٧ , ٣٤٫ ١٣١ ٠ وتبين من المتوسطات البعدية المعدلة أن هذا الفرق لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغ المتوسط البعدي المعدّل لها ٣،٩٦ , في حين بلغ المتوسط البعدي المعدّل للمجموعة الضابطة ٣،٣٧ ، كما هو مبين في جدول (٤):

جدول(٤)

المتوسطات البعدية المعدّلة للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التكيف الزواجي

المجموعة	المتوسط	الخطأ المعياري
التجريبية	٣،٩٦	,٠٤
الضابطة	٣،٣٧	,٠٤
المجموع	٣،٦٦	,٠٣

النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) في علاقة الامهات بالأبناء كما تدركها الامهات, بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية٠

للتحقق من الفرضية الثالثة تم حساب المتوسطات الحسابية القبلية والبعدية والإنحرافات المعيارية لإستجابات الأفراد في المجموعتين التجريبية والضابطة, على مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء من وجهة نظر الامهات٠ وكانت النتائج كما يوضحها جدول(٥) :

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية القبلية والبعدية لإستجابات المفحوصين على مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء من وجهة نظر الأمهات وفقا لمتغير المجموعة (التجريبية والضابطة)

البعد		المجموعة			
		التجريبية		الضابطة	
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري
السلطة الوالدية	القبلية	٣،١٠	,٧٩٤	٢،٩٤	,٢١
	البعدية	٣,٢٨	,١٤٠	٢،٩٢	,٢٤
الإرتباط العاطفي	القبلية	٣،١٣	,٢٢٤	٢,٩٠	,٣٦
	البعدية	٣,٣٩	,١٣٢	٢،٧٤	,٣٥
الوفاق الزواجي	القبلية	٣،٣٥	,٢١٣	٣،١٠	,٥٢
	البعدية	٣،٦٠	,١٤٣	٢،٨٣	,٤٧

يتضح من جدول (٥) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة٠ ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق ذات دلالة إحصائية, تم

إجراء تحليل التباين المشترك متعدد الأبعاد MANCOVA, حيث كانت النتائج كما هي مبينة في جدول (٦) :

جدول (٦)

تحليل التباين المشترك متعدد الأبعاد MANCOVA لدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد العلاقة بين الامهات والأبناء من وجهة نظر الأمهات

	قيمة ولكس لمبدا Wilks' Lambda	"ف"	مستوى الدلالة
المجموعة	٢٤,	٤٥،٦٣	٠٠٠,

يتضح من جدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) بين أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية بشكل عام، فقد بلغت قيمة "ف" ٤٥،٦٣ ٠

ولمعرفة في أي الأبعاد كان هناك فروقا بين المجموعتين التجريبية والضابطة, فقد تم إستخراج نتائج تحليل التباين المشترك ANCOVA لكل بعد من أبعاد علاقة الامهات بالأبناء، كما هو مبين في جدول(٧):

جدول (٧)

تحليل التباين المشترك ANCOVA لدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لكل بعد من أبعاد علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظرالأمهات

المتغير التابع	مصدرالتباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف"	مستوى الدلالة
السلطة الوالدية	المجموعة	٦٣,	١	٦٣,	٣١،٥	٠٠٠,
	الخطأ	١،٠٦	٤٥	٠٢,		
	المجموع الكلي	٣،٥٤	٤٩			
الإرتباط العاطفي	المجموعة	٢،٤٨	١	٢،٤٨	٨٢،٣٢	٠٠٠,
	الخطأ	١،٣٦	٤٥	٠٣,		
	المجموع الكلي	٨،٧٧	٤٩			
الوفاق الزواجي	المجموعة	٣،٨٩	١	٣،٨٩	٩٧،٢٥	٠٠٠,
	الخطأ	١،٧٦	٤٥	٠٤,		
	المجموع الكلي	١٣،٣٦	٤٩			

يتضح من جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في جميع أبعاد مقياس علاقة الامهات بالأبناء (من وجهة نظر الأمهات)٠ حيث كانت قيمة ف على التوالي (٣١،٥، ٨٢،٣٢، ٩٧،٢٥)٠ وقد كانت هذه

الفروق لصالح المجموعة التجريبية, كما يتضح من المتوسطات الحسابية المعدلة لأبعاد مقياس علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الأمهات في جدول (٨):

جدول (٨)

المتوسطات الحسابية البعدية المعدّلة للمجموعتين التجريبية والضابطة لأبعاد مقياس علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الأمهات

	مجموعة			
	تجريبية		ضابطة	
	المتوسط	الخطأ المعياري	المتوسط	الخطأ المعياري
السلطة الوالدية	٣،٢٢	٠٣،	٢،٩٨	٠٣،
الإرتباط العاطفي	٣،٣١	٠٤،	٢،٨٢	٠٤،
الوفاق الزواجي	٣،٥٢	٠٤،	٢،٩١	٠٤،

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات أبعاد علاقة الامهات بالأبناء, من وجهة نظر الامهات, بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية. فقد بلغت متوسطات أبعاد علاقة الامهات بالأبناء في المجموعة التجريبية على التوالي: ٣،٢٢ ، ٣،٣١, ٣،٥٢ , في حين بلغت متوسطات أبعاد علاقة الامهات بالأبناء في المجموعة الضابطة: ٢،٩٨ ، ٢،٨٢, ٢،٩١ .

النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) في علاقة الامهات بالأبناء كما يدركها الأبناء بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية.

للتحقق من الفرضية الرابعة تم حساب المتوسطات الحسابية القبلية والبعدية والإنحرافات المعيارية لإستجابات الأفراد في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء من وجهة نظر الأبناء، كما يتضح في جدول (٩):

جدول (٩)

المتوسطات الحسابية القبلية والبعدية لإستجابات المفحوصين على مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء من وجهة نظر الأبناء وفقا لمتغير المجموعة (التجريبية والضابطة)

البعد		المجموعة			
		التجريبية		الضابطة	
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري
السلطة الوالدية	القبلية	٢،٩٩	, ٢٤	٢،٧٥	, ١٧
	البعدية	٣،٣٠	,١٧	٢،٧٢	, ١٤
الإرتباط العاطفي	القبلية	٣،١١	, ٤٠	٢،٦٨	,٣٦
	البعدية	٣،٤٤	,١٧	٢،٤٨	,٣٦
الوفاق الزواجي	القبلية	٣،٤٥	, ٣٥	٣،٠٣	,٣٤
	البعدية	٣،٧٣	,١٤	٢،٧٤	,٣٧

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية القبليـــة والبعديـــة للمجموعتين التجريبية والضابطة٠ ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق ذات دلالة إحصائية, تـــم إجراء تحليل التباين المشترك متعدد الأبعاد MANCOVA، وكانت النتائج كمـــا يبينهـــا جـــدول (١٠):

جدول (١٠)

تحليل التباين المشترك متعدد الأبعاد MANCOVA لدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في أبعاد العلاقة بين الامهات والأبناء من وجهة نظر الأبناء

	ولكس لمدا (Wilks' Lambda)	"ف"	مستوى الدلالة
المجموعة	,١٩	٥٩،٨٢	,٠٠٠

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠,٠٥) بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بشكل عام، فقد بلغت قيمة لمبدا ١٩,

ولمعرفة في أي الأبعاد كان هناك فروقا بين المجموعتين التجريبية والضابطة, فقد تم إستخراج نتائج تحليل التباين المشترك ANCOVA لكل بعد كما هو مبين في جدول (١١):

جدول (١١)

تحليل التباين المشترك ANCOVA لدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لكل بعد من أبعاد علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظرالأبناء

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف"	مستوى الدلالة
السلطة الوالدية	المجموعة	١،٤٠	١	١،٤٠	٨٤،٥٨	٫٠٠٠
	الخطأ	٫٧٤	٤٥	٫٠٢		
	المجموع الكلي	٥،٥٠	٤٩			
الإرتباط العاطفي	المجموعة	٣،٢٤	١	٣،٢٤	٩٧،٤٨	٫٠٠٠
	الخطأ	١،٥٠	٤٥	٫٠٣		
	المجموع الكلي	١٥،٤٥	٤٩			
الوفاق الزواجي	المجموعة	٣،٩٩	١	٣،٩٩	٨٦،٩٤	٫٠٠٠
	الخطأ	٢،٠٧	٤٥	٫٠٥		
	المجموع الكلي	١٦،٠٤	٤٩			

يتضح من جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة في جميع أبعاد مقياس علاقة الامهات بالأبناء (من وجهة نظر الأبناء)٠حيث كانت قيمة ف على التوالي (٨٤،٥٨، ٩٧،٤٨، ٨٦،٩٤)٠ وكانت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية, كما يتضح من المتوسطات الحسابية المعدلة لأبعاد مقياس علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظرالأبناء, كما هو مبين في جدول (١٢):

الجدول (١٢)

المتوسطات الحسابية البعدية المعدّلة للمجموعتين التجريبية والضابطة لأبعاد مقياس علاقة الامهات بالأبناء من وجهة نظر الأبناء

الأبعاد	المجموعة			
	تجريبية		ضابطة	
	المتوسط	الخطأ المعياري	المتوسط	الخطأ المعياري
السلطة الوالدية	٣،٢٣	٫٠٣	٢٫٧٩	٫٠٣
الإرتباط العاطفي	٣٫٣٠	٫٠٤	٢٫٦٢	٫٠٤
الوفاق الزواجي	٣٫٦١	٫٠٥	٢٫٨٦	٫٠٥

يتضح من الجدول (١٢) وجود فروق في متوسطات أبعاد علاقة الامهات بالأبناء(من وجهة نظر الأبناء), بين المجموعتين التجريبية والضابطة, لصالح المجموعة التجريبية٠ فقد بلغت متوسطات أبعاد علاقة الامهات بالأبناء في المجموعة التجريبية على التوالي: ٣،٢٣ , ٣,٣٠،٣٫٦١ ٠في حين بلغت متوسطات أبعاد علاقة الامهات بالأبناء في المجموعة الضابطة على التوالي: ٢٫٧٩, ٢٫٦٢, ٢٫٨٦ ٠

الفصل الخامس

المناقشة والتوصيات

هدفت الدراسة الحالية الى إستقصاء أثر برنامج تدريب إرشادي لتعديل التشويهات المعرفية لتحسين نمط التعامل بين المتزوجين وتحسين العلاقة مع الأبناء٠أظهرت النتائج وجود أثر لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية في تحسين مستوى التكيف الزواجي، وتحسين العلاقة مع الأبناء, من وجهة نظر الامهات والأبناء, وكانت هناك فروقا دالة إحصائيّا بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية٠وستناقش هذه النتائج في ضوء فرضيات الدراسة٠

مناقشة نتائج الفرضية الاولى

لا توجد علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي والعلاقة المتبادلة بين الأمهات والأبناء كما يدركها كل من الأمهات والأبناء٠

أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي وبين الدرجة الكلية للأبعاد الفرعية لمقياس العلاقة المتبادلة بين الامهات والأبناء كما تدركها الامهات٠ وكذلك وجود علاقة إرتباط بين الدرجة الكلية للتكيف الزواجي وإثنين من الأبعاد الفرعية للعلاقة المتبادلة بين الامهات والأبناء، هما بعدا الإرتباط العاطفي والوفاق الزواجي, كما يدركها الأبناء٠ في حين لم يكن هناك علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي وبعد السلطة الوالدية في مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء, من وجهة نظر الأبناء٠ وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة بورمان وزملائه Burman, et al, (1987) من أن الرضا الزواجي ونمط النزاع بين الزوجين لا يفسران المتغيرات الفريدة في علاقة الآباء بالأبناء, ويقترب ذلك مما أشارت إليه نتائج دراسة فوشير ومارجولين (Fauchier and Margolin (2004 من وجود إختلاط بالأمور بين العلاقة الزوجية وعلاقة الآباء بالأبناء, رغم أن معظم التقارير قد أثبتت وجود علاقة بين النزاعات الزوجية وعلاقة الاباء بالابناء, كما توصلت إليها دراسة (Fauchier and Margolin, (2004 .

ومما يؤكد وجود إرتباط بين علاقة التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء ما تم التوصل إليه في نتائج دراسة أزبورن وفنشام (Osborn and Fincham(1996 حيث بينت أن إدراكات الأطفال للنزاعات الزوجية مرتبطة بقوة بتصورات زيادة السلبية في علاقة الآباء بالأبناء٠ كما أن النزاع

مرتبط بسلبية النظر اليه في علاقة كل من الام والاب على إنفراد بالطفل٠وأن نمط علاقة الامهات بالأبناء في مرحلة المراهقة يتأثر بنمط تعامل الام مع أبنائها منذ مراحل العمرالاولى للطفل, وتؤكد نتائج دراسة باجاني وزملائها Pagani, et al. (2004) على أن علاقة المراهق بوالدته تكون إمتدادا لطبيعة العلاقة بين الطرفين, ومن خلال الجو العام لطبيعة البيئة الاسرية, بما في ذلك التكيف بين الزوجين٠

أما بالنسبة للجزء الخاص بعدم وجود علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي وبعد السلطة الوالدية في فرضية الدراسة الاولى, فإن هذا الجزء من النتائج يتعارض مع ما توصلت اليه نتائج دراسة شانغ (Chang, et al,(2004, التي أكدت ان التكيف الزواجي يتوسط في علاقة الآباء بالأبناء، من خلال الممارسة القاسية للمهام الوالدية٠ كما يتعارض مع ما توصلت إليه دراسة ستيرج آبل وزملائها (Sturg-Apple et al, (2006 من أن نوع الصراع بين الزوجين يؤدي إلى إختلاف نوع التأثير, سواء على تربية الأطفال أو على طبيعة العلاقة بين الآباء والأبناء, علما بأن الدراسة لم تناقش فكرة وجود إرتباط من عدمه, من حيث تأثير التكيف الزواجي على علاقة الامهات بالأبناء, إذ بدا ذلك وكأنه مسلم به٠ وتتفق هذه النتيجة مع دراسات اوردت في الاطار النظري لهذه الدراسة ومنها دراسة بتزر وكوبر ودراسة بيلسكي، Butzer and Kuiper(2008); Belskey (1981), وجميعها تشير إلى أن التكيف الزواجي يؤثر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة على أداء المهام الوالدية, وقد يؤثر على مستوى الدعم الإنفعالي الذي تتلقاه الام مما يؤثر بدوره على مدى حساسيتها ومستوى مشاعر الامومة تجاه أطفالها٠ وكذلك دراسة سكيرمرهورن وكمنجز (Schermerhorn and Cummings(2007, التي ذكر فيها أن نمط العلاقة بين الطفل ووالديه يتأثر بالصراع بين الزوجين، من خلال إعاقة الوالدين عن أداء مهامهم الوالدية, ويمكن أن يفسر ذلك بالإشارة إلى أن المتزوجين الذين يعانون من نزاعات زوجية يحدث تحول في محور التركيز لديهم, فبدلا من القيام بمسؤولياتهم تجاه الأبناء, وتقديم التوجيه, والمراقبة السلوكية, والدعم والرعاية لهم ,خاصة عندما يمر الطفل في مواقف يشعر بحاجته لمثل هذه الامور, ولا يجدها من والديه, فقد يشعره ذلك بتخلي والديه عنه, ويهدد علاقة الإرتباط العاطفي بينهما٠ وعندما يحاول الزوجان القيام بمهامهم الوالدية قدر ما يستطيعان في أجواء النزاعات الزوجية, فإن أدائهم لمهامهم الوالدية لن يكون بمستوى الكفاءة فيما لو كانا يتمتعان بمستوى جيد من التكيف الزواجي, بعيدا عن النزاعات بينهما٠ كذلك تتعارض ما توصلت إليه نتائج الفرضية الاولى الخاصة بعدم وجود علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء فيما يخص السلطة الوالدية مع ما بينته نتائج دراسة براونكج (Browning(2006 من أن نمط الصراع بين

الزوجين- كمظهر من مظاهر عدم التكيف الزواجي- يؤثر على نمط تعامل كل من الام والاب مع الأبناء, حيث تفتقر الام التي تعيش حالة عدم تكيف زواجي إلى الدفئ في علاقتها مع أبنائها, ولا تكون قادرة على التدخل فيما يعيش فيه الأبناء بشكل فعال, في حين أن علاقة الاب بالأبناء يغلب عليها طابع الإنسحاب والتجنب, ودراسة كفافي(1999)، حيث يشير فيها إلى أن الطفل عندما يعيش بين والدين يتمتعان بدرجة مناسبة من التكيف الزواجي, فإن علاقته بهما تكون من خلال تكوينه لإرتباط آمن بهما, مما يحسن من مقدرته على مواجهة المواقف الضاغطة, وتتفق كذلك مع دراسة جونسون ولوبيتز (Johnson and Lobitz(1974، التي أشارت إلى وجود علاقة سلبية ثابته بين الرضا الزواجي وبين تعامل الوالدين السلبي مع الأبناء, ومع النموذج الذي طوره تروكسل وماثيوز (Troxel and Mathews (2004 وبيّنا من خلاله أن الصراعات الزوجية تؤثرعلى ممارسة الوالدين لمهامهم الوالدية, بما فيها قلة الاشراف، وضعف إستخدام أساليب فعالة في تربية الأبناء، وزيادة التشدد, وعدم إيجابية التواصل بين الطرفين, مما يؤثر على طبيعة العلاقة بين الامهات والأبناء. وتدعم نتائج دراسة ديفيز وكمنجز Davies and Cummings(1998) علاقة الإرتباط بين التكيف الزواجي والعلاقة مع الأبناء، والتي أشارت إلى أن الاطفال الذين يعيشون في أسر تكثر فيها النزاعات الزوجية، يكونون أكثر عرضة لتطوير تمثيلات ذهنية تتضمن تقييمات غير آمنة عن العلاقات الاسرية, وقد يمتد تأثير هذه التقييمات الى علاقة الآباء بالأبناء. كما تتفق مع نتائج دراسة إيرل وبورمان (Erel and Burman (1995 , من أن هذه العلاقة تضعف عندما يعيش الوالدان حالة الإنشقاق الزواجي. وعندما تكون العلاقة بين الزوجين جيدة فإن الأبناء يكونون أكثر قربا من والديهم من الناحية الإنفعالية. ويكون العكس عندما يسود الشقاق بينهما. مما يؤدي الى البعد العاطفي, وعدم الانسجام في علاقة الآباء بالأبناء.

أما بالنسبة للإرتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الامهات بالأبناء المراهقين بشكل خاص, فإن هذا الإرتباط قد أظهرته نتائج دراسة هير وزملائها (Hair, et al,(2009 حول تنوع مستويات الجودة في العلاقة الزوجية, وما يتبعه من تنوع في مستويات الجودة في علاقة المراهق بوالديه. وبغض النظر عن تكرار هذه المستويات, فإن ما يهم هو التأكيد على وجود إرتباط حيوي بين التكيف الزواجي وعلاقة الامهات بالأبناء.

وتتفق نتائج الفرضية الاولى مع ما توصلت إليه نتائج دراسة أماتو (Amato(1986, من أن تأثير النزاع الزواجي على المراهق مرتبط بقوة علاقته بوالديه. وعندما تكون علاقة المراهق

بوالديه ضعيفة, فإن تأثير عدم التكيف الزواجي يكون أكثر قوة عليه, في الوقت الذي ترتبط فيه النزاعات الزوجية بعلاقة سلبية بتقديرالذات عند المراهق، عندما تكون علاقته بكلا والديه جيدة٠وتتفق كذلك مع نتائج دراسة سرينافازان وزملائها Srinivasan et al,(as cited in Devore,2006) , من وجود إرتباط بين العلاقة الزوجية الجيدة, وبين العلاقة الجيدة مع الأبناء, حيث أن العلاقة الزوجية القوية تعزز نمط وروابط الوالدية٠ وكذلك مع نتائج دراسة ستيرج آبل وزملائها (Sturge- Apple et al,(2005, التي تشير إلى أن النزاعات الزوجية تؤثر على علاقة الام بأبنائها في سن ما قبل المراهقة, وترتبط سلبا وبطريقة غير مباشرة من خلال نمط ممارسة الإستجابات الوالدية وخبرة الام النفسية, وقد يؤدي إلى تدني مستوى الدفئ العاطفي في علاقة الأباء بالأبناء خاصة عندما يسعى الآباء الى الحصول على دعم الأبناء أثناء النزاعات الزوجية٠ويقوم الأبناء بدورالآباء وهو أطلق عليه بيريس وزملائه Perise, et al,(2008) إصطلاح"Parentification"٠أي قيام الأبناء بدور الوالدين لوالديهم٠

أما بالنسبة إلى الجزء المتعلق بنتائج الفرضية الاولى وهو عدم وجود علاقة إرتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الامهات بالأبناء على بعد السلطة الوالدية على مقياس علاقة الامهات بالأبناء (نسخة الأبناء)، في حين كانت علاقة الإرتباط هذه على كافة أبعاد مقياس علاقة الامهات بالأبناء(نسخة الامهات), فإنّ هذه النتيجة تتعارض مع كل الدراسات التي أكدت علاقة الإرتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء بشكل عام٠ إلا أنه يمكن تفسير هذه النتيجة في الدراسة الحالية، بأنها تعود إلى أن التدريب خلال جلسات البرنامج الارشادي, قد وجه إلى الامهات فقط, دون الأبناء, وكان دور الأبناء هو الإستجابة على مقياس العلاقة من خلال ما قامت الامهات بتفسيره للأبناء عن هذا المقياس، ومن خلال تجربة الامهات أثناء جلسات البرنامج, أي أن الأبناء لم يعايشوا خبرة التدريب بشكل مباشر، في حين أن خبرة الامهات أثناء البرنامج التدريبي, كانت مباشرة بحيث أكسبتهن هذه الخبرة مهارات تعامل أكثر إيجابية, وقد أثرت على مستوى التكيف الزواجي لديهن, وربما أدى ذلك إلى تمتعهن بمستوى أفضل من الرضا عن حياتهن الاسرية, مما انعكس على تعاملهن مع أبنائهن٠ وستكون إحدى توصيات هذه الدراسة للمرشدين النفسيين, تصميم البرامج الإرشادية التي تتيح المجال لمشاركة كافة أفراد الاسرة فيها، بما في ذلك الازواج والأبناء٠

من ناحية أخرى , فقد تفسر هذه النتيجة من خلال الاشارة إلى أن كل الدراسات السابقة التي تم من خلالها مناقشة نتائج هذه الفرضية حول وجود إرتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الآباء

بالأبناء, تناولت الإرتباط بين علاقة التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء بشكل عام, ودون تحديد أبعاد لهذه العلاقة كما تم في هذه الدراسة، مما يشير إلى الحاجة الى مزيد من الابحاث لدراسة الإرتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء بمختلف أبعادها, كما أن علاقة الإرتباط لم يتم البحث فها كمتغير رئيسي في أي من الدراسات التي استخدمت في الدراسة الحالية, وإنما جاء البحث فيها كجزء من هذه الدراسة أو تلك.

مناقشة نتائج الفرضية الثانية

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) في درجة التكيف الزواجي بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية. فقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية, لصالح المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج.

تتفق نتائج الفرضية الثانية مع ما توصلت إليه نتائج دراسة ماركمان وزملائه Markman, et al.(1988) التي أظهرت فعالية برامج التدخل السلوكية المعرفية على المدى البعيد في توفير مستوى أعلى من الرضا عن العلاقة الزوجية ومستوى أقل من حدة المشكلات لدى المتزوجين, ويتفق ذلك أيضا مع نتائج دراسة سوليفان وبرادبري Sullivan and Bradbury(1997) التي أظهرت نتائجها أن المتزوجين الذين يشاركون في برامج الإرشاد الزواجي قبل أن يقدموا على الزواج، يكونون أقل تعرضا للصعوبات الزواجية. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة بايهت وزملائه (Pihet, et al, (2007, من وجود أثرإيجابي لبرامج التدخل الوقائية والعلاجية, الخاصة بالعلاقات الزوجية في تحسين مستوى الصحة النفسية للمشاركين فيها، بغض النظر عن الجنس. وتتفق مع نتائج دراسة كمنجز وزملائه (Cummings, et al, (2008، من حيث فعالية البرامج النفس – تثقيفية في تحسين مستوى الصراع الزواجي مما ينعكس على التحسن في العمليات الاسرية. وتتفق أيضا, مع ما أشارت إليه حمامصي (Hamamci(2005, من أن العلاج المعرفي يهدف إلى تصحيح الإدراكات الخاطئة والإشارات الذاتية من خلال إستخدام طريقة مباشرة تهدف إلى تعديل الإنفعالات والسلوكات غير الفاعلة. وهذا ما إرتكزت عليه جلسات البرنامج الإرشادي المعد للدراسة. حيث تم التركيز فيها على التشويهات المعرفية التي أشار كل من نولر وإبستين وزملائه (Noller,et al. (1997); Epstein,et al.(1997، إلى دورها الفعال في إحداث الهموم الزوجية. ويتفق ذلك مع ما وصف ديجسبي وزي DiGuiseppe and Zee(1986), للتشويهات المعرفية من حيث كونها أفكارا تتسم بالمبالغة والتعصب وتفتقر إلى المنطق , وتكون على صورة أفكار مطلقة ينتج عنها خيبة أمل وإحباط وتؤثر سلبا على التفاعل

الزواجي٠ ويتفق ذلك مع ما يراه كوري (2000) Corey من أن العلاج المعرفي يجعل المسترشد يتعلم التمييز بين أفكاره الخاصة والاحداث التي تحدث في الواقع, ويصبح مدركا لتاثير الجوانب المعرفية على مشاعره وسلوكه٠

وإضافة الى التشويهات المعرفية كموضوع رئيسي للبرنامج, فقد تفسر النتيجة الإيجابية لتطبيق البرنامج, ونتائج الفرضية الثانية, من خلال طريقة إعداده وتصميم جلساته, حيث تم ذلك إتساقا مع ما أشار اليه فريمان وديفيز Freeman and Davis(as cited in Bellack, et al. (1998 من أن الفترة الزمنية لتطبيق برنامج معرفي قد تتراوح بشكل عام ما بين ١٢-٢٠ جلسة, ولفترة زمنية لا تتجاوز (٢٠),أسبوعا مع مراعاة ظروف المسترشدين الفردية بالنسبة لمدة الجلسة, والتأكيد على دور المرشد الفعال في إدارة الجلسات ودور المسترشد الحيوي في الأثناء، وقد أخذ كل ذلك بالإعتبار كما ذكر في الفصل الخاص بإجراءات الدراسة٠

من ناحية أخرى فقد يكون لآلية إستخدام الاستراتيجيات المعرفية في البرنامج دورا في إحداث التغيير لدى المشاركات, فقد استخدمت نماذج المراقبة الذاتية, بما فيها نموذج مراقبة الافكار والمشاعر في أكثر من جلسة, حيث أتاح ذلك للمشاركات فرصة التعرف على الافكار والمشاعر الذاتية إزاء مواقف قمن أنفسهن بإعدادها من واقع حياتهن, وأصبح لديهن الوعي بأن هذه الافكار والمشاعر إنما تعود إليهن, وغالبا لا يكون لها علاقة في الموقف بحد ذاته, وهذا ما حدث في جلستي الإنتباه الإنتقائي (٣و٤) , وجلستي الافتراضات (٥و٦)، وجلسة الاستدلال الإنفعالي (٨) , وجلسة المعايير (١٢)،مما قد يكون أحدث تغييرا إيجابيا في نظرتهن إلى شركاء حياتهن, وأدى إلى تحسن في مستوى التكيف الزواجي لديهن , ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه دراسة ديترك وميلر de Turk and Miller(1986) حول أهم العوامل التي تؤثر على جودة العلاقات الزوجية وهي مقدرة الزوجين على التكيف مع بعضهما البعض، ومع كل ما له إرتباط بالعلاقة الزوجية داخل مؤسسة الزواج٠

اما بالنسبة إلى استخدام إستراتيجية تمثيل الادوار أثناء تطبيق البرنامج الارشادي,(كما حدث في جلسة الافتراضات (٦) , وجلسة المعايير(١٢) وجلسة العزو(١٤), فإن معايشة الزوجات لخبرة أفكار ومشاعر الطرف الاخر, ربما تكون قد ساعدت على فهم أفكار ومشاعر الازواج, مما ساهم في تفهم المواقف من وجهة نظر الاخر, ويقترن ذلك بما طرح في جلسة العزو (١٣) حول فكرة التقبل وليس التغيير, حيث أن تبني فكرة تقبل الاخر وليس الإصرار

على تغييره, تبعث نوعا من الارتياح النفسي, وينعكس هذا الارتياح بشكل إيجابي, ليس فقط في العلاقة بين الزوجين ,بل في العلاقات الإنسانية بشكل عام٠

أما بالنسبة للإستراتيجيات التي استخدمت في الجلسات من (١٧-١٩), من حيث التدرب على الاحاديث اللبقة, والتدرب على استراتيجيات حل المشكلات والدعم المتبادل بين الزوجين , فقد يكون لها أيضا دورا في إحداث التغيير الذي ظهر في نتائج الدراسة, حيث أن هذه الجلسات لم تكن بمثابة الجزء المكمل للجلسات الاخرى فحسب، بل كانت في صميم الهدف الذي سعت اليه بقية الجلسات, وهو تحسين التكيف الزواجي وتحسين العلاقة مع الأبناء, حيث ساهمت هذه الجلسات في التعرف على أساليب بناءه في الحديث مع الزوج, وكيفية تبادل الدعم بين الزوجين لمواجهة مشاكل الأبناء ومساعدتهم على حلها٠ وهذا ما أظهرته الدراسات المختلفة في الاطار النظري لهذه الدراسة وفي فصل الدراسات, حيث تتأثر الانظمة الفرعية داخل نظام الاسرة الكلي, وتؤثر على بعضها البعض ليس فقط في مجال ما يحدث بين الزوجين في علاقتهما معا, بل وبين ما يحدث بين الأبناء وما يعاني كل منهم من مشكلات في مختلف المجالات, وتتطلب التعاون من الوالدين لحلها٠ من هنا فإن النظرة الكلية لما حدث خلال جلسات البرنامج يفسر نتيجة الفرضية الثانية حول حدوث تغير إيجابي لصالح المجموعة التجريبية في مجال التكيف الزواجي٠ وفي مجال العلاقة مع الابناء كما سيبدو في مناقشة فرضيات الدراسة الاخرى٠

مناقشة نتائج الفرضيتين الثالثة والرابعة

أشارت الفرضية الثالثة, الى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) في العلاقة مع الأبناء كما تدركها الامهات بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية٠ أما الفرضية الرابعة, فقد أشارت الى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى α = ٠،٠٥) في العلاقة مع الامهات كما يدركها الأبناء بين المجموعتين التجريبية والضابطة تعزى لبرنامج تعديل التشويهات المعرفية٠

إن النتائج التي توصلت اليها الدراسة فيما يتعلق بالفرضيتين السابقتين تخص علاقة الامهات بالأبناء من وجهتي نظر الامهات والأبناء٠ فبالنسبة للفرضية الثالثة, فقد بدت النتائج وكأنها مرتبطة مع نتائج الفرضية الثانية، من حيث وجود تغير إيجابي في مستوى التكيف الزواجي للمجموعة التجريبية٠ ويتفق ذلك مع نتائج دراسة بايهت وزملائه Pihete, et al.(2007) ودراسة كمنجز وزملائه Cummings, et al.(2008)، ودراسة ماركمان وزملائه

Markman, et al.(1988), والدراستين التي أجريت من قبل سوليفان وبرادبري Sullivan and Bradbury(1997) وجميعها تؤكد على دور البرامج الوقائية في تحسين الصحة النفسية للمشاركين فيها كما ذكر سابقا. وقد أتيحت للمشاركات في البرنامج الإرشادي فرص التعبير الإنفعالي عما يشعرن به في علاقتهن الزوجية, وفرصة التعبير الإنفعالي هذه تتفق مع ما أشارت إليه نتائج دراسة هافنر وسبنس Hafner and Spence(2006) من أن المتزوجين الذين يستخدمون التعبير الإنفعالي ضمن العلاقة الزوجية غالبا ما يستمرون في علاقتهم, حيث يساعدهم ذلك على إيجاد الحلول البناءة للصعوبات التي يواجهونها, بما فيها صعوبات التي تواجه الامهات في التعامل مع الابناء, وهذا ما يسير جنبا إلى جنب مع ما توصلت إليه نتائج دراسات: كرشناكومار وبوهلر, وإيرل وبورمان, وكويرو وإيمري, ودراسة شيك, Krishnakumar and Buehler(2000); Erel and Burman(1995); Coiro and Emery (1998); Shek (1998), من وجود تأثير متبادل بين الجوانب المختلفة في العلاقات الاسرية, Spillover effect. علما بأن جميع هذه الدراسات تؤكد على التأثير السلبي لأحد جوانب العلاقة على بقية الجوانب في العلاقات التي يتكون منها النظام الاسري, وإذا كان الامر كذلك, فإن هذا التأثير يحدث أيضا،عندما يكون هناك تغير إيجابي بأحد الجوانب في النظام الاسري، مما يؤثر على جوانب العلاقات الاخرى داخل هذا النظام.ويتفق ذلك مع نظرية الأنظمة الاسرية لمنوشن Minuchin(1974) التي تفترض أن كل الأجزاء في نظام الأسرة مرتبط بعضها بالبعض, وحيث أن نتائج الدراسة الحالية قد بينت وجود تغير إيجابي في التكيف الزواجي لدى المشاركات, فقد يكون هذا التغير قد انعكس على هيئة تعامل إيجابي بين الامهات وأبنائهن المراهقين.

وقد تفسر النتائج التي توصلت اليها الفرضية الثالثة, من حيث التغير الإيجابي في نظرة الامهات الى علاقتهن بالأبناء, من خلال ما تم التركيز عليه في البرنامج الإرشادي حول التوقعات ودورها في إحداث الهموم الزواجية بين المتزوجين, حيث أضيف الى التوقعات بين الزوجين, توقعات الامهات من الأبناء(الجلسة ١٦)، كأحد التشويهات المعرفية التي تؤثرعلى التفاعل ليس بين الزوجين فقط, بل على العلاقات مع الأخرين بشكل عام, خاصة الأبناء. وفي تلك الجلسة تم التركيز على التعرف على ما تريده الامهات من أبنائهن, وتوقعهن لما يتطلع الأبناء اليه في علاقتهم مع الامهات. حيث أن التركيز على أهمية التوقعات المتبادلة بين الزوجين أنفسهم، وتلك التوقعات المتبادلة بين الوالدين والأبناء، تتفق مع ما جاء في نتائج دراسة تيرنر وزملائها Tuner et al.(1998) من وجود إرتباط مباشر بين النزاعات الزوجية وبين تكيف المراهقين, مع وجود دليل غير مباشرعلى تأثير النزاعات الزوجية على تقييمات المراهقين

المعرفية وإدراك المراهق للعلاقة مع الوالدين. وما دام قد حدث تغيير بالتوجهات الفكرية لما تتوقعه الامهات من أبنائهن, فقد يكون ذلك قد انعكس إيجابيا على نظرة الامهات الى أبنائهن المراهقين نتيجة تغير التوقعات لديهن.

وقد تفسر نتائج الفرضية الثالثة أيضا من خلال اثر إستخدام إستراتيجية الحديث مع الذات في الجلسة (٩) حول الإستدلال الإنفعالي, حيث عرضت نماذج من الافكار التي تسيطر على إهتمامات المراهقين في هذه المرحلة العمرية, والمشاعر المرتبطة بهذه الافكار,مما أعطى الامهات مزيدا من الفهم لما يدور في أذهان أبنائهن, وقد يكون ذلك قد أحدث التغير الإيجابي في التعامل مع الأبناء, وقد تم في هذه الجلسة المزج بين إستراتيجية الحديث مع الذات, وإستراتيجية تبادل الادوار, عندما قامت بعض المشاركات بدور الأبناء, ومحاولة معايشة الامهات لخبرة التعرف على ما يدور في أذهان ابنائهن المراهقين والمشاعر التي يعيشون فيها. وهذا ما حدث أيضا في جلسة التوقعات الخاصة بالأبناء(الجلسة السادسة عشر), عندما استخدمت استراتيجية التخيل الموجه. في موقف يتكرر حدوثه بين الامهات والابناء, إذ من خلال هذا الموقف ظهرت بوضوح مشاعر الامهات ومشاعر الأبناء من خلال سيناريو الموقف, وقد يكون ذلك قد ساعد الامهات على إدراك مواقف الأبناء, وضرورة تبسيط الامور لدرجة يستطعن من خلالها تكوين رؤية أكثر وضوحا لما يجري سواء في علاقتهن بأبنائهن أو مع الازواج, مما يساعدهم على التخلص من نسبة كبيرة من الضغوطات النفسية التي تؤثر على علاقتهن بالأبناء وبالأزواج على السواء.

أما بالنسبة للفرضية الرابعة, فإن النتيجة التي أظهرت وجود تغيّر في نظرة الأبناء الى العلاقة مع الامهات, تتفق مع نتائج دراسة شيك (Shek(1999, التي بينت أن الرضا الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء وصراع المراهقين مع والديهم يرتبط بعلاقة متزامنة ومستمرة من وجهة نظر الآباء والأبناء حول الاداء الاسري. كما أن جودة الحياة الفردية والمعايير المرتبطة بالعلاقات الثنائية, بما فيها العلاقة الزوجية وعلاقة الآباء بالأبناء، لها تأثير قوي على الاداء الاسري، كما يراها الآباء وكما يراها الأبناء. ولعل نتائج الدراسة حول الفرضية الرابعة تؤكد هذا الامر, من خلال التغيّر في وجهة نظر الأبناء الى العلاقة مع الامهات. ففي الوقت الذي حصل فيه تغير في حالة التكيف الزواجي عند الامهات، كما بينتها نتائج الفرضية الثانية, فإن ما حصلت عليه الامهات من تدريب خلال جلسات البرنامج العشرين, والتركيز على علاقة الامهات بالابناء وعلى العلاقة الزوجية,(الجلسات ٩ , ١٠ , ١٦, ١٧ , ١٨ , ١٩) قد يكون

أحدث تغييرا في مستوى تلقيهن الدعم في التعامل مع مشاكل الأبناء. وهذه النتيجة الإيجابية تتفق مع ذكر في مناقشة الفرضية الثانية حول ما أشارت اليه دراسة كمنجز وزملائه (Cummings, et al. (2008 والدراسات الاخرى التي سبق الاشارة إليها في مناقشة الفرضية الثانية حول فعالية البرامج النفس- تثقيفية في تحسين مستوى الصراع الزواجي بين الزوجين, وتحسين الصحة النفسية لهما, مما يؤدي إلى تحسن في مستوى الإحساس بالآمان الإنفعالي بينهما, وهذا ينعكس بدوره على تكيف الأبناء النفسي,من خلال إحساس الأبناء بالآمان الإنفعالي، لما يلمسونه من إتساق وإنسجام في التعامل بين والديهم، وهذا بدوره يسهّل التعامل المتبادل بين الامهات والأبناء, ويحسن العلاقة بين الطرفين. وهذا ما تؤكده دراسة ديفيز وكمنجز Davies and Cummings(1998) حيث جاء فيها **أن** الاطفال يستمدون آمانهم الإنفعالي من سياق العلاقة بين الوالدين. وإذا كان هدف الآمان الإنفعالي عند الأبناء يجعلهم يكونون تمثيلات ذهنية تتضمن تقييمات غير آمنة عن العلاقات الاسرية، فلا شك أن هذه التمثيلات الذهنية كآداة معرفية إنسانية, يتم تفعيلها في كل الظروف, سواء كانت سلبية أم إيجابية. وعليه فإن ما توصلت اليه الدراسة من تغيّر إيجابي في إدراك الآبناء لعلاقتهم بأمهاتهم، قد يكون عبارة عن تمثيلات ذهنية آمنة من خلال التغير الإيجابي في التكيف الزواجي بين الوالدين, وإحساس الأبناء بهذا الامر، مما إنعكس بشكل إيجابي على نظرتهم الى العلاقة مع الآباء بشكل عام, ومع الامهات بشكل خاص, ويدعم هذا التفسير ما أشارت إليه دراسة إيرل وبورمان(Erel and Burman(1995 التي ادرجت في الإطار النظري, من أن الابناء يكونون أكثر قربا لوالديهم من الناحية الانفعالية عندما يكون الانسجام هو الطابع الغالب على العلاقة بين والديهم.

أما عن إمكانية تلوث نتائج الفرضيتين الثالثة والرابعة بالجلسات الثلاثة الاخيرة في البرنامج الإرشادي والخاصة بدعم الزوجين لبعضهما البعض فيما يخص الأبناء, فإن هذا الافتراض قد يكون ممكنا, رغم أن الاستراتيجيات التي استخدمت في تنفيذ هذه الجلسات هي إستراتيجيات سلوكية معرفية, تكرر معظمها في جلسات البرنامج الاخرى , كالحوار وتمثيل الادوار وتحليل المواقف، وهذه الجلسات كانت مكملة بطريقة ما للجلسات السابقة كما تبين في مناقشة نتائج الفرضيتين الثانية والثالثة حيث استهدفت تحسين العلاقة بين الزوجين من خلال تبادل الدعم فيما يخص مشكلات الابناء.

وتبدو نتائج فرضيات الدراسة ككل وكأن بينها إرتباط منطقي, سواء من حيث علاقة الارتباط بين التكيف الزواجي وعلاقة الآباء بالأبناء, أو فعالية البرامج الارشادية في تعديل التشويهات

ذات العلاقة بالتواصل بين الزوجين, ودور تعديل هذه التشويهات في تحسين التكيف الزواجي، وتأثير هذا التكيف على العلاقة المتبادلة ليس فقط بين الامهات والابناء بل بين الوالدين والأبناء بشكل عام، مما يؤكد إستحالة دراسة العلاقات المختلفة داخل النظام الاسري كعلاقات منفصلة وإنما كعلاقات مرتبطة بعضها بالبعض. وهذا ما يميز الدراسة الحالية عن غيرها من الدراسات التي أظهرت نتائجها مجتمعة ما حاولت الدراسة الحالية التوصل وهو تأكيد أهمية البرامج النفس تثقيفية في التدخل الإيجابي بعلاقات الإرتباط المختلفة داخل النظام الاسري, خاصة وأن البرنامج الإرشادي المعد للدراسة يعتبر الاول(حسب إطلاع الباحثة) من حيث تركيزه على مجموع التشويهات المعرفية, التي أجمع الباحثون على أنها خاصة في التأثير على العلاقات الزوجية بشكل خاص.

التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة فإن توصيات الباحثة تسير في الإتجاهات التالية:

توصيات للمؤسسات المعنية بالإرشاد الزواجي والاسري:

- التوسع في إنشاء المؤسسات التي تعنى بأمور الاسرة والعلاقات الزوجية.
- وضع البرامج الإرشادية لتأهيل المرشد الزواجي المختص بمعرفة تأثير الجوانب المعرفية ودورها في عمليات التفاعل بين الزوجين، حتى يتمكن بدوره من توعية المتزوجين بالتأثير السلبي للجوانب المعرفية على علاقاتهم الزوجية.
- عمل نشرات توعية للمتزوجين, وتوزيعها من خلال وسائل الاعلام المختلفة تبين الاثر السلبي المدمر للخلافات الزوجية على الأبناء. وتركز على مسؤولية الزوجين تجاه تحقيق ما يحتاجه الأطفال من صحة نفسية وعقلية.
- وضع برامج إرشاد زواجي يشجع المتزوجون أو المقبلون على الزواج للإنضمام إليها, بحيث يكون تطبيق مثل هذه البرامج ممكنا سواء بما تحتويه من مادة تثقيفة, أو مكان إنعقادها, أو تكلفتها المادية الخ.

توصيات لمؤسسات التعليم العالي(الجامعات)

- تأسيس برامج إرشاد أسري, تتفرع عنها مساقات إرشاد زواجي, يتعلم الطلبة من خلالها أبرز النظريات في هذا المجال، والاطلاع على أبرز الإستراتيجيات وأكثرها فعالية في مجال الارشاد الاسري والزواجي, مع التركيز على الجانب التطبيقي في هذه البرامج.

توصيات لوزارة التربية والتعليم

- تشجيع المدارس التابعة لوزارة التربية والتعليم والمدارس الخاصة, على تعيين المرشدين النفسيين المؤهلين في مدارسهم, على أن يكونوا قادرين على التواصل مع ذوي الطلبة وتوعيتهم إزاء أهمية توفر الأجواء الاسرية المناسبة لنمو الطفل التعليمي والنفسي والعقلي.

توصيات للمرشدين النفسيين

- تصميم برامج تدريبية تستهدف كافة أفراد الاسرة بما في ذلك الازواج والابناء.
- عند إستخدام برامج تم تصميمها لبيئات غير بيئتنا المحلية, ضرورة التنبه إلى إحداث تعديلات

في هذه البرامج قبل تطبيقها لتتناسب والبيئة الثقافية لمجتمعنا٠

توصيات للآباء والامهات

- التركيز على إيجاد الحلول لما يقع بينهم من مشكلات, مع تشجيعهم على اللجوء للمختصين في مجال الإرشاد الزواجي والاسري, في حال عدم قدرتهم على حل الخلافات بينهم٠
- حث الأباء والامهات على إبعاد الأبناء عن محاور الصراع بينهم, وعدم تشجيع الأبناء على التدخل في خلافاتهم كي لا يصبحوا جزءا منها٠
- العمل على تثقيف أنفسهم حول مواضيع كالتواصل بين المتزوجين, وبين الآباء والأبناء, ومواضيع التنشأة الوالدية, والتغيرات النفسية والإدراكية التي يمر بها الطفل تبعا لمراحل العمر المختلفة الخ٠

المراجع

المراجع باللغة العربية

أبو أسعد, احمد (2005)٠ **أثر التكيف الزواجي في التكيف النفسي وتلبية الحاجات النفسية الأساسية لدى الابناء٠** أطروحة دكتوراة غير منشورة٠ الجامعة الاردنية، عمان، الاردن٠

بعلبكي, منير, والبعلبكي, رمزي (2008)٠ **المورد الحديث, قاموس إنجليزي– عربي حديث٠** دار العلم للملايين٠ (ط ١)٠ بيروت – لبنان٠

بلمهيوب، كلثوم (2007)٠ الاستقرار الزواجي٠ **مجلة شبكة العلوم النفسية العربية،** العدد(١٤)٠

آل ثاني، العنود (2008)٠ التفكك الاسري: الاسباب– والحلول المقترحة(شبكة الانترنت)٠ **إسلام ويب، مكتبة الشبكة، سلسلة كتب الامة،** ٨٣، ١–١٦ ٠

حجازي، مصطفى (2000)٠ **الصحة النفسية, منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة٠(ط١)٠الدار البيضاء: المركز الثقافي العربي**

شبكة الاعلام العربية (2010)٠ إنتشار حالات الطلاق في الاردن٠**Moheet.com**

شناوي, محمد محروس (1994)٠ **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي٠** دار غريب للطباعة والنشر,(مصر), ص ٤٤١٠

صبيحي، بسيوني (2008)٠ عرض دراسة لرحاب العيسوي بعنوان: التفاعل الزوجي والفروق في أساليب التفاعل الزواجي في مرحلة منتصف العمر بين الأزواج والزوجات المنجبين وغير المنجبين٠ **DR, Aref.com 1-6**.

قشعان, حمود(2008)٠ التوافق الزواجي يحتاج لمقومين هما حسن النية والمهارة٠ **عن وكالة الانباء الكويتية والشؤون الاجتماعية**, ١٦/١٠/ ٢٠٠٨ ٠

كفافي، علاءالدين (1999)٠**الارشاد والعلاج النفسي الاسري المنظور النسقي الإتصالي٠** (ط١)٠القاهرة: دار الفكر العربي٠

ناشف, هدى, محمود(2007)٠ **الاسرة وتربية الطفل٠** (ط١)٠ عمان: دار المسيرة

المراجع باللغة الانجليزية

Aluja, A., Del Barrio, V. and Garcia, L. (2007). Personality, Social Values, and Marital Satisfaction as Predictors of Parents' Rearing Style. **International Journal Of Clinical and Health Psychology,** 7 (3), 725-737.

Amato, Paul (1986). Marital Conflict, the Parent- Child Relationship and Child Self-Esteem. **Family Relations,** 35, 403-410.

Baucom, D.H., Epstein, N., Rankin, L.A. and Burnett, C. K. (1996). Assessing Relation ship Standards: The Inventory of Specific Relationship Standards. **Journal of Family Psychology**, 10, 72-88.

Belkin, Gary. (1988). **Introduction to Counseling**, (3rd ed). Dabuque, Iowa: Brown Publishers, USA.

Belskey, Jay (1981). Early Human Experiences;A Family Perspective.**Develop--mental Psychology, 17**, 3-23.

Belsky, J., Youngblade, l., Rovin, M. and Volling, B.(1991). Patterns of Marital Change and Parent-Child Interaction. **Journal of Marriage and the Family,** 53,487-498.

Berg-Cross, Linda. (2001). **Couples Therapy,** (2nd ed). New York: The Haworth Clinical Practice Press, an Imprint of the Haworth Press, Inc.

Bradbury, T.N. And Fincham, F.D. (1992). Attribution in Marriage: Review and Critique. **Psychological Bulletin,** 107, 3-33.

Browning, Andrea (2006). Styles of Conflict Between Parents have Different Implications for Children and Families, (summarized article). **Society for Research In Child Development,** 77 (5).

Brody, G. H., Arias, I. and Fincham, F. D. (1996). Linking Marital and Child Attribution to Family Process and Parent-Child Relationships. **Journal of Family**

Psychology, 10, 408-421.

Burman, B., John, R.S. and Margolin, G. (1987). Effects of Marital and Parent- Child Relations on Children's Adjustment. **Journal of Family Psychology,** (1), 91-108.

Butzer, B. And Kuiper, N. (2008). Humor Use in Romantic Relationships: The Effects of Relationship Satisfaction and Pleasant Versus Conflict Situations. **The Journal of Psychology,** 142(3), 245-260.

Chang, L., Lansford, J., Schwartz, D. and Farver, J. (2004). Marital Quality, Maternal Depressed Affect, Harsh Parenting, and Child Externalizing in Hong Kong Chinese Families. **International Journal of Behavioral Development**, (28)4.

Colin, Virginia (1996). **Human Attachment.** New York: McGraw- Hill, USA.

Collins, W.A. And Laursen, B. (2004). Changing Relationships, Changing Youth. **The Journal of Early Adolescence,** 24(1), 55-62.

Coiro, M. J. And Emery, R. E. (1998). Do Marriage Problems Effect Fathering More Than Mothering? A Quantitative and Qualitative Review. **Clinical Child and Family Psychology Review,** 1, 23-41.

Cory, Gerald. (2000). **Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy.**(7th Ed). Thomson- Brooks/Cole, Australia.

Cormier, S. and, Nurius, P. (2003). **Interviewing and Change Strategies for Helper, Fundamental Skills and Cognitive Behavioral Interventions**. (5th ed). Thomson: Brooks/Cole, Australia.

Craddok, Alan (1991). Relationships Between Attitudinal Similarity, Couple Structure and Couple Satisfaction in Married and De facto Couples. **Australian Journal of Psychology**, 43, 11-16.

Cummings, Emery (1987). Coping with Background Anger in Early Childhood. **Child Development**. 58, 976-984.

Cummings, E.M. and Davies, P. (2009). Improving Marital Conflict in Community Families. **http:// prevention, PSU.edu/documents/psu-talk-11-03-09-rev,pdf.**

Cummings, E. M. and, O Reilly, A. W. (1997). **Fathers in Family Context: Effects of Marital Quality on Child Adjustment." The Role of the Father in Child Development**, (3rd Ed) Michel E. Lamb, Editor, New York: Wiley, USA.

Cummings, E.M. and, Davies, P. (1994). **Children and Marital Conflict: the Impact Of Family Dispute and Resolution.** New York: The Guilford press, USA**.**

Cummings, E, M., Faircloth, W.W., Brad, M., Patricia M., Cummings, J. S. and Schermerhorn, A. C. (2008). Evaluating a Brief Prevention Program for Improving Marital Conflict in Community Families. **Journal of Family Psychology,** 22(2), 193- 202.

Cummings, E.M., Davies, P.T. and Campbell, S.B. (2000). Children and the Marital Subsystems**. Developmental Psychopathology and Family Process: Theory Research, and Clinical Implications**. New York: Guilford Press, USA.

Dadds, M.R., Sanders, M., and James, J. E. (1987). The Generalization of Treatment Effects in Parent Training with Multidistressed Parents. **Behavioral Psychotherapy,** 15, 289 - 313.

Dadds, M. And Powell M. (1991). The Relationship of Inter-Parental Conflict and Global Marital Adjustment to Aggression, Anxiety, and Immaturity in Aggressive and Non-Clinical Children. **Abnormal Child Psychology.** 19(5), 553 – 67.

Dattilio, F. M. and, Freeman, A. (2000) (Eds), **Cognitive Behavioral Strategies** . (2nd ed). New York: The Guilford Press. USA.

Davies, P.T. And Cummings, E. M. (1998). Exploring Children's Emotional Security as a Mediator of the Link Between Marital Relations and Child Adjustment. **Child Development**. 69, 124-139.

Dehle, C. And Weiss, R. (2002). Association Between Anxiety and Adjustment. **Journal Of Psychology, May1.**

DeTurck, M. A. And Miller, G. R. (1986). The Effects of Husbands' and Wives' Social Cognition on their Marital Adjustment, Conjugal Power, and Self-Esteem. **Journal Of Marriage and the Family**, 4, 715-724.

DiGuiseppe, R. And Zee, C. (1986). A rational Emotive Theory of Marital Dysfunction and Marital Therapy. **Journal of Rational Emotive and Cognitive Behavioral Therapy,** 4, 22-37.

Eiden, R. D., Teti, D.M. and Corns, K. M. (1995). Maternal Working Models of Attachment, Marital Adjustment, the Parent-Child Relationship, **Child develop- -ment**, 66,1504- 1518.

Epstein, N., Baucom, D. and Daiuto, A. (1997). Cognitive Behavioral Couples Therapy In: Halford, K. and, Markman, H. (Eds) chapter 17. **Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention.** New York: John Wiley and Sons,USA**.**

Erel, O. And Burman, B. (1995). Interrelatedness of Marital Relations and Parent – Child Relations: A meta - Analytic Review. **Psychological Bulletin,** 118, 108-132.

Fauchier, A. And Margolin,G. (2004). Affection and Conflict in Marital and Parent-Child Relationships. **Journal of Marital and Family Therapy**, 30, 197- 211.

Feldman, S. S., Wentzel, K. R., Weinberger, D.A. and Munson, J.A. (1990). Marital Satisfaction of Parents of Pre-adolescent Boys and its Relationship to Family and Child Functioning. **Journal of Family Psychology**, 4, 213-234.

Fenell, Desmond (1993). Characteristics of long-Term First Marriage. **Journal of Mental Health Counseling**, 15, 446-460.

Fincham, F., Grych, J. and Osborne, L. (1994). Does Marital Conflict Causes Child Maladjustment? Directions and Challenges for longitudinal Research. **Journal of Family Psychology**, 8(2), 128-140.

Fincham, Frank (1998). Child Development and Marital Relations. **Child Developm- -ent,** 69, 543-574.

Flora, J. and, Segrin, C. (2005). **Family Communication**. NJ. Lawrence Erlbaum Association, INC, Publisher, USA.

Forehand, R . And Brody, G. (1984). The Association Between Parental Personal/ Marital Adjustment and Parent-Child Interactions in a Clinical Sample. **Behavior Research and Therapy**, 23 (2), 211-212**.**

Freeman, A. and, Davis, D (1998). Cognitive Therapy of Depression, chapter 16. In: Bellack, A., Hersen, M. and Kazdin, A. (Eds**). International Handbook of Behavior Modification and Therapy,** (2nd ed). New York, London: Plenum Press.

Frosch, Cynthia (1997). **Marriage, Parenting and Preschooler's Social Emotional Functioning**. Unpublished Doctoral Dissertation. University of Maryland.

Gerard, J. M., Krishnakumar, A. and Buehler, C. (2006). Marital Conflict, Parent-Child Relationship and Youth Maladjustment. **Journal of Family Issues,** 27(7), 951-975.

Graham, J. M. And Conoley, C.W. (2006). The Role of Marital Attribution in the Relationship Between life Stressors and Marital Quality. **Personal Relationship,** 13, 231- 241.

Green, R. G. And Kolevzon, M. F. (1986).The Correlates of Healthy Family Function--ing:The Role of Consensus and Conflict in the Practice of Family Therapy. **Journal of Marital and Family Therapy**, 12, 75-84.

Grych, K. H. And Fincham, F.D. (1990). Marital Conflict and Children Adjustment: a Cognitive Contextual Framework. **Psychological Bulletin**, 108, 267-290.

Hafner, R. And Spence, N. (2006). Marriage Duration, Marital Adjustment and Psycho--logical Symptoms: A Cross- Sectional Study. **Journal of Clinical Psychology,** 44, (3), 309-316.

Hair, E., Moor, K., Hadley, A., Kaye, K., Day, R. and Orthner, D. (2009). Parent Quality and the Parent–Adolescent Relationship: Profiles of Relationship Quality**.** **Marriage and Family Review**, 45 (2-3), 189-217.

Hamamci, Zyneb. (2005). Dysfunctional Relationship Beliefs in Marital Satisfaction and Adjustment. **Social Behavior and Personality,** 33(4), 313-328.

Halford, K. And Markman,H. (1997). Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention. (EDT) .John Wiley and Sons, New York. USA.

Holtzworth-Munroe, A. And Jacobson, N.S. (1985). Causal Attributions of Married

Couples: When Do They Search for Causes? What Do They Conclude When They Do? **Journal of Personality and Social Psychology**, 48, 1398 – 1412.

Hoult, T.F. (1969). **The Dictionary of Modern Sociology.** Totowa, NJ: Littlefield, Adams. USA. P348.

Johnson, S. And Lobitz, G. (1974). The Personal and Marital Adjustment of Parents as Related to Observed Child Deviance and Parenting Behaviors. **Journal of Abnormal Psychology**, 2 (3).

Jouriles, E., Murphy, C., Farris, A., Smith, D., Richters, J. and Waters, E. (1991). Marital Adjustment, Parental Disagreements about Child Rearing and Behavior Problems in Boys: Increasing the Specifiety of Marital Assessment. **Child develop--ment**, 62, 1424-1433.

Kerig, Patricia (1995). Triangulation in the Family Circle: Effects of Family Structure On Marriage, Parenting and Child Adjustment. **Journal of Family Psychology,** 9,28-43.

Kim, K., Jackson, Y., Hunter, H. and Conrad, S. (2009). Inter-Parental Conflict and Adolescent Dating Relationship: The Role of Perceived Threat and Self-Blame Appraisals. **Journal of Interpersonal Violence,** 24(5), 844-865.

Kitzmann, Knitzer (2000). Effect of Marital Conflict on Subsequent Triadic Family Interactions and Parenting. **Developmental Psychology,** 36, 3-13.

KrishnaKumar, A. And Buehler, C. (2000). Inter-Parental Conflict and Parenting Behaviors: A meta- Analytic Review, Family Relations, Interdisciplinary. **Journal of Applied Family Studies,** 49, 25-44.

Latzer, Y., Yoav L. and Sharon G. (2009). Marital and Parent-Child Relationship in Families with Daughters Who Have Eating Disorders**. Journal of Family Issues,** 30 (9), 1201-1220.

Lazarus, R. And Smith, C. (1988). Knowledg and Appraisal in the Cognition –Emotion Relationship. **Cognition and Emotion,** 2,281-300.

Lindhal, K. M. And Malik, N. (1999). Marital Conflict Family Processes and Boy's Externalizing Behavior in Hispanic American and European American families. **Journal of Clinical Psychology,** 28, 12-14**.**

Lewis, R. A. And Spanier, G.B. (1979). Theorizing about the Quality and Stability and Satisfaction. **International Journal of Aging and Human Development**, 31, 189-195.

Long, Edgar. (1993). Perspective – Taking Differences Between High and Low-Adjustment Marriages: Implication for Those in Intervention. **The American Journal of Family Therapy,** 21(3), 248-259.

Mahoney, A., Jouriles, E. and Scavone, j. (1997). Marital Adjustment Discord Over Childrearing and Child Behavior Problems: Moderating Effects of Child Age**. Journal of Clinical Child Psychology,** 26 (4), 415- 423**.**

Mann, B. J. And Mackenzie, E. P. (1996). Pathways Among Marital Functioning, Parental Behavior and Child Behavior Problems in School-Age Boys. **Journal of Clinical Child Psychology, Questia: Journal Article,** 25, 183-191.

Mann, B.J. And Gilliom, L. A. (2004). Emotional Security and Cognitive Appraisals

Mediate the Relationship Between Parent's Marital Conflict and Adjustment in Older Adolescents. **Journal of Genetic Psychology,** 165(3).

Mackey, R.A. And, O'brien, B.A. (1995). **Lasting Marriages: Men and Women Growing Together.** West Port, CT: Praeger.

Main, M., Kaplan, N. and Cassidy, J. (1985). Security in Infancy, Children and Adulth--ood: a Move to the Level of Representation. **Monographs of the Society for Res--earch In Child Development,** 50 (1-2), serial No, 209.

Markman, H. J., Floyd, F. J., Stanley, S. M., Storaasli, R.D. (1988). Prevention of Marital Distress: A Longitudinal Investigation. **Journal of Consulting and Clinical Psychology,** 56(2), 210-21.

Minuchin, Selvador (1974). **Families and Family Therapy.** London: Tavistock Publications, UK.

Mowrer, Harriet (1937). The Study of Marital Adjustment as a Background For Research in Child Behavior. **Journal of Educational Psychology,** 10(8), 487-492**.**

Noller, Patricia (1980). Misunderstandings in Marital Communication: A Study of Couples' Nonverbal Communication and Marital Interaction. **Journal of Personality And Social Psychology,** 39(6), 1135-1148**.**

Nollar, P. And Callan, V. (1991). **The Adolescent in the Family.** London: Routledge, UK.

Noller, P., Beach, S. and Osgarby, S. (1997). Cognitive and Affective Processes in Marriage**. Personality and Social Psychology, Bulletin,** 30, 134-148.

Osborne, L. N., And Fincham, F. D. (1996). Marital Conflict, Parent–Child Relation--ship and Child Adjustment: Does Gender Matter? **Merrill- Palmer Quarterly,**

42(1),48- 75.

Pagani, L., Tremblay, R., Nagin, D., Zoccolillo, M., Vitaro, F., and Mcduff, P. (2004). Risk Factor Models for Adolescent Verbal and Physical Aggression Toward Mothers. **International Journal of Behavioral Development.** 28(6), 528-537.

Papini, D. And Roggman, L. (1993). Parental Attachment to Early Adolescents and Parents' Emotional and Marital Adjustment: A longitudinal Study. **Journal of Early Adolescence,** 13(3), 311-328.

Peris, T., Cumming, M., Goeke-Morey, M., and Emery, R. (2008). Marital Conflict and Support Seeking by Parents in Adolescence: Empirical Support for Parentification Construct. **Journal of Family Psychology**, 22(4), 633-642.

Peterson, J. L. And Zill, N. (1986). Marital Disruption, Parent – Child Relationships and Behavior Problems in Children. **Journal of Marriage and the Family,** 48, 295-307.

Pihet, S., Bodenmann, G. Cina, A., Widmer, K. and Shantinath, S. (2007). Can Prevent--ion of Marital Distress Improve Well Being? A 1- Year longitudinal Study. **Clinical Psychology and Psychotherapy**, 14, 79-88.

Repetti, Rena (1989). Effects of Daily Workload on Subsequent Behavior During Marital Interaction: The Roles of Social Withdrawal and Spouses Support**. Journal of Personality and Social Psychology,** 57, 651-659.

Rice, Philip (2001). **Human Development: A life Span Approach**. New Jersey: Prentice Hall, USA.

Robinson, E.A. And Anderson, L. L. (1983). Family Adjustment, Parental Attitudes, and Social Desirability. **Journal of Abnormal Psychology,** 11(2), 247-256.

Rosen-Grandon, J. R., Myers, J. E., and Hattie, J. A. (2004). The Relationship Between Marital Characteristics, Marital Interaction Process, and Marital Satisfaction. **Journal of Counseling and Development,** 82 (1).

Sanders, M. R., And Dadds, M.R. (1982). The Effects Of planned Activities and Child Management Training:an Analysis of Setting Generality.**Behavior Therapy**,13,1-11.

Schaupp, Doug (1985). Sex Role, Self– Concepts, Marital Adjustment, and Self- actual- - ization in long Term Marriages. Paper Presented at the Annual Meeting of Eastern Psychological Association. **Boston, MA, March. 21-24.**

Schulman, S., Rosenheim, E. and Knafo, D. (1999). The Interface of Adolescent and Parent Marital Expectations. **American Journal of Family Therapy,** 27(3).

Schermerhorn, A. And Cummings, M. (2007). Marital Conflict and Children's Adjustment: Evaluation of the Parenting Process Model. **Journal of Marriage and Family,** 69, 1118-1134.

Shek, Daniel (1998). Linkage Between Marital Quality and Parent Child Relationship. **Journal of Family Issues,** 19(6), 687-704.

Shek, Daniel (1999). Individual and Dyadic Predictors of Family Functioning in a Chinese Context. **American Journal of Family Therapy,** 27(1).

Shek, Daniel (2000). Parental Marital Quality and Well-Being, Parent-Child Relationship Quality and Chinese Adolescent Adjustment. **The American Journal of Family Therapy**, 28,147-162**.**

Shelton, K. H. And Harold, G.T. (2007). **Marital Conflict and Children's Adjustment: The Mediating and Moderating Role of Children's Coping**

Strategies. Oxford: Blackwell Publishing, 9600 Garsington Road, UK.

Sobolewski, J. M. And Amato, P. R. (2007). Parents' Discord and Divorce, Parent-Child Relationships and Subjective Well-Being in Early Adulthood: is Feeling Close to Two Parents Always Better than Feeling Close to One? **Social Forces,** 85(3).

Spanier, Graham (1976). Measuring Dyadic Adjustment: New Scale for Assessing the Quality of Marriage and similar Dyads. **Journal Of Marriage and the Family.** 38,15-28.

Srinivasan, P., Scholte, R.H.J., and Dubas, J.S. (2006). Marital and Parent-Child Relationships, and Problem Behaviors in Children, Adolescence and Young Adulthood. In: Devore, D. (ED). **New Developments in Parent-Child Relations** Chapter(5), New York: Nova Science Publisher, USA.

Sturge- Apple, M.L., Gondoli, D. M., Bonds, D. D. and Salem, L. N. (2003). Mothers' Responsive Parenting Practices and Psychological Experience of Parenting as Mediators of the Relation Between Marital Conflict and Mother- Preadolescent Relational Negativity Parenting. **Science and Practice,** 3, 327-355**.**

Sturge-Apple, M., Davis, P. and Cummings, E. (2006). Published in Both of **Journal Psychology,** 20(2), 227-238**,** and **Journal of Child Development**, 77(5).

Sturge-Apple, M., Davies, P., Winter, M., Cummings, M. and Schermerhorn, A. (2008). Inter- Parental Conflict and Children's School Adjustment: The Explanatory Role of Children's Internal Representations of Inter- Parental and Parent-Child Relationships. **Developmental Psychology,** 44(6), 1678-1690.

Sullivan, K.T. And Bradbury, N. (1997). Are Premarital Prevention Programs Reaching Couples at Risk for Marital Dysfunction? **Journal of Consulting and Clinical**

Psychology, 65 (1), 24-30.

Talbot, J. A. And McHale, J. R. (2004). Individual Parental Adjustment Moderates the Relationship Between Marital and Co-Parenting Quality. **Journal of Adult Development,** 11(3). Springer Netherlands.

Troxel, W. M. And Matthews, K. A. (2004). What Are the Cost of Marital Conflict and Dissolution to Children's Physical Health? **Clinical Child and Family Psychology Review**, 7(1), 29- 46.

Turner, C., Psych. C. and Barrett, P. (1998). Adolescent Adjustment to Perceive Marital Conflict. **Journal of Child and Family Studies,** 7(4), 499-513**.**

Warner, E. E. (1995). Resilience in Development. **Current Directions in Psychol- -ogical Science,** 4, 81-85.

Weiss, R. And Heyman, R. (1998). Marital Distress, Chapter 23, In: Bellack, A., Hersen, M. and, Kazdin, A. (Eds**). International Handbook of Behavior Modi- -fication and Therapy.** (2nded). New York /London: Plenum Press.

Westerman, M. A. And Schonholtz, J. (1993). Marital Adjustment, Joint Parental Support in a Triadic Problem- Solving Task and Child Behavior Problems. **Journal Of Clinical Child Psychology**, 22.

Wilhelm, P. And Perrez, M. (2004). How is the Partner Feeling in Different Daily Life Setting? Accuracy of Spouses Judgments About Their Partners' Feelings at Work and at Home. **Social Indicator Research**, 67, 183-246

Yalcin, B. M., And Karahan, T. F. (2007). Effects of a Couple Communication Program on Marital Adjustment. **The Journal of the American Board of Family Medicine,** 20 (1), 36-44.

Yildiz, Sibel (2009). To Determine the Marital Adjustment According to Attachment Style in Parents of Children with a Diagnosis of Depression and Anxiety as Compared to Parents of Control Group. **http/ saglikbilimleri, Uludage Edu, Tr/ Kayitoku,Php?**

ملحق رقم (١)

(   )

مقياس التكيف الزواجي

يهدف المقياس التالي الى التعرف على التكيف الزواجي في العلاقة بين الزوجين،حيث تكون الإجابة على فقرات المقياس: أوافق بدرجة مرتفعة، أوافق بدرجة بسيطة، بين الموافقة والرفض، لا أوافق بدرجة بسيطة، لا أوافق بدرجة مرتفعة٠ يرجى الإجابة على فقرات المقياس، علما بأن الإجابات ستعامل بسرية تامة، وستستخدم لغايات البحث العلمي فقط٠

وشكرا

مصدر المعلومات: □الزوجة □الزوج

مدة الزواج: □ أقل من ١٢ سنة □ ١٢–١٩ □ ٢٠ فما فوق

المستوى الاقتصادي(حسب التقدير الشخصي)

□ منخفض □ متوسط □ مرتفع

هل تعمل الزوجة خارج المنزل؟ □ نعم □ لا

عدد الابناء في الاسرة :□١–٢ □ ٣–٥ □ ٦ فما فوق

العمر عند الزواج: □ أقل من ٢٠ □ ٢١–٣٠ □٣١ فما فوق

المستوى التعليمي: □ أقل من ثانوي □ ثانوي □كلية □جامعة ودراسات عليا

مقياس التكيف الزواجي

الرقم	العبارة	أوافق بدرجة مرتفعة	أوافق بدرجة بسيطة	بين الموافقة والرفض	لا أوافق بدرجة بسيطة	لا أوافق أبدا
١	أتفق مع زوجي على مجالات الإنفاق المالي					
٢	أفضل القيام بالأعمال دون مشاركة زوجي					
٣	زوجي ودود ومحب لي					
٤	أنا نادمة على زواجي					
٥	عواطف زوجي نحوي قوية					
٦	لا أحصل على الحب والود الذي أريده من زوجي					
٧	أتفق وزوجي على إختيار الاصدقاء الذين نتفاعل معهم					
٨	لدينا مبادئ مشتركة عند النظر لقضايا الحياة المختلفة					
٩	أنا غير راضية عن تعامل زوجي مع أفراد عائلتي					
١٠	لدي طموحات وأهداف مشابهة لما لدى زوجي					
١١	توجد لدي صعوبات زوجية					
١٢	أثق بزوجي					
١٣	لو لم أكن متزوجة لأخترت زوجي الحالي					
١٤	يثير زوجي أعصابي بإستمرار					
١٥	يبدي زوجي الاهتمام بي يوميا					
١٦	لا نتواصل أنا وزوجي معا بشكل جيد					
١٧	زوجي ليس كفؤا كالازواج الذين أعرفهم					
١٨	نسوي خلافاتنا الزوجية من خلال تفهم مطالب بعضنا البعض					
١٩	أعتبر نفسي سعيدة بزواجي					
٢٠	تفتقر حياتي الزوجية للمرح والضحك					
٢١	أشعر بالإهتمام والالتزام بزوجي					
٢٢	أتشاجر مع زوجي بشكل متكرر					
٢٣	أتفق مع زوجي حول كيفية قضاء وقت الفراغ					
٢٤	أتجادل مع زوجي حول الشؤون المالية					
٢٥	لا أتفق مع زوجي حول قراراتنا الرئيسية					
٢٦	أنا راضية عن علاقتي بزوجي					
٢٧	أختلف مع زوجي حول كيفية إدارة المنزل					
٢٨	أختلف مع زوجي في معتقداتنا وقيمنا العامة					
٢٩	أعتبر أن حياتي الزوجية ناجحة					
٣٠	يضايقني في زوجي عاداته					
٣١	لايوجد إنسجام كبير بيني وبين زوجي					
٣٢	يظهر زوجي عواطف دافئة تجاهي					
٣٣	أفكر في إنهاء علاقتي الزوجية					
٣٤	أتفق مع زوجي على طرق تعاملنا مع أقاربنا					
٣٥	زوجي متفهم لي					

بلوم و مهرابين(١٩٩٩) ترجمة الدكتور أحمد أبو أسعد

ملحق رقم (٢)

الرقم ( )

مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء

يهدف المقياس التالي إلى التعرف على علاقة الامهات بالأبناء، حيث تكون الإجابة على فقرات المقياس: أوافق بشدة، أوافق، لا أوافق، لا أوافق بشدة٠ يرجى قراءة فقرات المقياس والإجابة عليها جميعها، وإعادته بالسرعة الممكنة، علما بأنه سيتم التعامل بسرية تامة مع المعلومات الواردة بالمقياس٠

عدد سنوات الزواج:

مستوى التعليم: ☐ إبتدائي ☐ ثانوي ☐ جامعي

المهنة: ☐ ربة بيت ☐ موظفة

عدد الاولاد( )

عدد الاولاد الذين أعمارهم بين ١٤-١٧ عاما( )

مقياس العلاقة بين الامهات والابناء*

*كلمة الابناء تشير إلى الولد أو البنت

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	لا أوافق	لا أوافق بشدة
	السلطة الوالدية				
٠١	أبني علاقتي مع أبنائي على التفهم المتبادل				
٠٢	أوضح لأبنائي مع أريده منهم بدقة				
٠٣	أتفهم حقيقة مشكلات أبنائي				
٠٤	أنتقد أبنائي أمام الاخرين				
٠٥	أشجع أبنائي على القيام بالنشاطات المختلفة				
٠٦	ليس من الخطأ أن يفعل أبنائي ما يشاؤون				
٠٧	لا أعاقب أبنائي عندما يشكو أحد عليهم				
٠٨	أحدد لأبنائي نوع دراستهم ومهنتهم في المستقبل				
٠٩	أمنح أبنائي قدرا من الحرية لإختيار أصدقائهم				
١٠	لا أكترث لبرامج التلفاز التي يشاهدها أبنائي				
٠١١	أحرص على أن يتبع أبنائي نظاما دقيقا في المنزل				
٠١٢	أجبر أبنائي على القيام بالنشاطات الاجتماعية				
٠١٣	أنا حازمة– دون قسوة– مع أبنائي				
٠١٤	لا أسأل أبنائي عندما يغادرون المنزل في أي وقت				
٠١٥	أستخدم أسلوب التدليل الزائد مع أبنائي				
٠١٦	أوجه لأبنائي كثيرا من الأوامر				
٠١٧	أشدّد على أهمية إستجابة أبنائي لما أريده منهم				
٠١٨	يرحب أبنائي بإقتراحاتي وآرائي				
٠١٩	أرى أن إستخدام العنف مقبول في التعامل مع الأبناء				
٠٢٠	أرفض أن يشارك أبنائي في مناقشة الامور العائلية				
٠٢١	أفسر لأبنائي ما أريده منهم				
٠٢٢	لا يتحمل أبنائي المسؤولية				
٠٢٣	لا يعنيني مستقبل أبنائي الدراسي كثيرا				
٠٢٤	نادرا ما أحذّر أبنائي عندما يرتكبون خطأً				
٠٢٥	أعتقد أن لدى أبنائي أفكار جيدة				
٠٢٦	لا أتدخل في طريقة دراسة أبنائي ولا تحديد أوقاتها				
٠٢٧	لا تهمني نتائج إمتحانات أبنائي				
٠٢٨	أحرص على سماع وجهة نظر أبنائي				
	الارتباط العاطفي				
٢٩	أفرح عندما يخاطبني أبنائي بكلمات رقيقة				
٣٠	أعزز أبنائي على الأعمال المناسبة				
٣١	أستمتع بمشاركة أبنائي رحلاتهم ونشاطاتهم				
٣٢	أفضل مشاهدة التلفاز لوحدي بدلا من مشاهدته مع أبنائي				
٣٣	يرحب أبنائي بإقتراحاتي وآرائي				
٣٤	أقف إلى جانب أبنائي أيّا كانت الظروف				
٣٥	أشعر بالسرور من مساهمات أبنائي بالنشاطات الاجتماعية				
٣٦	أعتز بأبنائي				
٣٧	يشاركني أبنائي على حل مشاكلهم				
٣٨	أفضل صحبة الأصدقاء على صحبة أبنائي				
٣٩	يحب أبنائي تدخلي في شؤونهم				

٤٠	يقلد أبنائي تصرفاتي				
٤١	يدرك أبنائي ما أريده منهم دون أن أنطق بكلمة				
٤٢	يقدّر أبنائي ما أريده منهم				
٤٣	يرى أبنائي أن حياتي جيدة وهم يريدون أن يكونوا مثلي				
٤٤	التفهم المتبادل هو الطابع الغالب على علاقتي بأبنائي				
٤٥	يريد أبنائي لحياتهم في المستقبل أن تكون شبيهة لحياتي				
٤٦	يتخذ أبنائي مني نموذجا لهم				
٤٧	يطيب لأبنائي إرتداء ملابسي وملابس أبيهم				
٤٨	أستمع لابنائي أحيانا يرددون أفكاري وافكار أبيهم				
٤٩	أتفهم تصرفات أبنائي بطريقة مناسبة				
٥٠	يثق أبنائي فيما أقوله لهم				
٥١	عندما يخطئ أبنائي أحاول تفهم وجهة نظرهم فيما قاموا به				
	الوفاق الزواجي				
٥٢	أحرص أنا وزوجي على إخفاء خلافاتنا عن أبناءنا				
٥٣	يستجيب أبنائي عندما نطلب منهم أداء الفرائض الدينية				
٥٤	أهتم بتحصيل أبنائي الدراسي				
٥٥	يشعر أبنائي بالسرور عندما أقول بأن حياتي الزوجية سعيدة				
٥٦	يسعد أبنائي حرصي على حياتنا الاسرية				
٥٧	يطمئن أبنائي عندما يبدي والدهم إهتمامه بي				
٥٨	لا يضايق أبنائي إهتمامي وإلتزامي بطلبات أبيهم				
٥٩	يشعر أبنائي بالامان عندما أظهر ثقتي بأبيهم				
٦٠	ابعث السرور إلى نفوس أبنائي عندما أشاركهم انا وزوجي النـــشاطات المختلفة				
٦١	أهتم بأبنائي حتى لو أختلفت مع أبيهم				
٦٢	يقتنع أبنائي بطريقة توزيعي المسؤوليات عليهم				
٦٣	يقدر أبنائي حرصي على تلبية حاجاتهم المختلفة				
٦٤	يشعر أبنائي بالامان وأنا أساند أبيهم في المواقف الصعبة				
٦٥	يسعد أبنائي حرصي مع ابيهم على حياتنا الاسرية				
٦٦	يطمئن أبنائي إلى تكاتف جهودي مع أبيهم لمساعدتهم فيما يواجهونه من مشكلات.				
٦٧	يقدر أبنائي وجهة نظري بضرورة إطاعة الأبناء للآباء				
٦٨	تشكل طموحاتي وأهدافي المشتركة مع زوجي دافعا لأبنائنا للتفوق				
٦٩	ينظر أبنائي إلي بإحترام لقدرتي على إتخاذ القرارات وحل المشكلات				
٧٠	يرى أبنائي أن علاقتي بأبيهم تتسم بالود والحنان				
٧١	يتفهم أبنائي تعاطفي مع أبيهم عندما يعود من عمله مرهقا				
٧٢	يسعد أبنائي أن مشاعر أبيهم نحوي قوية				
٧٣	يتفهم أبنائي سلوكنا كزوجين عندما نتبادل العبارات الرقيقة				

ملحق رقم (٣)

(   )

مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء (نسخة الأبناء)

يهدف المقياس التالي الى التعرف على طبيعة علاقتك مع امك٠ تكون الإجابة على فقرات المقياس: إما أوافق بشدة، و أوافق، لا أوافق، ولا أوافق بشدّة٠ يرجى الإجابة على المقياس، وإعادته بالسرعة الممكنة، علما بأن المعلومات التي سترد بالمقياس ستعامل بسرية تامة٠

العمر

الجنس: ☐ ذكر ☐ أنثى

الترتيب بين الأبناء: ☐ الاول ☐ الوسط ☐ الاخير

الصف: ☐ التاسع ☐ العاشر ☐ الاول ثانوي

مستوى تعليم الاب: ☐ إبتدائي ☐ ثانوي ☐ جامعي

مستوى تعليم الام: ☐ إبتدائي ☐ ثانوي ☐ جامعي

عمل الاب ☐ موظف قطاع خاص ☐ موظف قطاع عام ☐ عمل حر ☐ لا يعمل

مهنة الام: ☐ ربة بيت ☐ موظفة

مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء(نسخة الأبناء)

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	لا أوافق	لا أوافق بشدة
	السلطة الوالدية				
١.	تبني امي علاقتها بنا على التفهم المتبادل				
٢.	توضح أمي لنا ما تريده منّا بدقة				
٣.	تتفهم امي حقيقة مشاكلنا				
٤.	تنتقدنا امي أمام الآخرين				
٥.	تشجعنا امي على القيام بالنشاطات المختلفة				
٦.	ترى امي أنه ليس من الخطأ أن نفعل ما نشاء				
٧.	لا تعاقبنا امي عندما يشكو أحدعلينا				
٨.	تحدد امي لنا نوع دراستنا ومهنتنا في المستقبل				
٩.	تمنحنا امي قدرا من الحرية لإختيار أصدقائنا				
١٠	لا تكترث امي لما نشاهده من برامج تلفزيونية				
١١.	تحرص امي على أن نتبع نظاما دقيقا في المنزل				
١٢.	تجبرنا امي على القيام بالنشاطات الاجتماعية				
١٣.	امي حازمة معنا– دون قسوة–				
١٤.	لا تسألنا امي عندما نغادرالمنزل في أي وقت				
١٥.	تستخدم امي أسلوب التدليل الزائد معنا				
١٦.	توجه امي لنا كثيرا من الأوامر				
١٧.	تشدّد امي على أهمية إستجابتنا لما تريده منّا				
١٨.	ترحب امي بإقتراحاتنا وأراءنا				
١٩.	ترى امي أن إستخدام العنف مقبول في التعامل معنا				
٢٠.	لا تسمح امي لنا بمناقشة الامور العائلية				
٢١.	تفسر امي لي ما تريده مني				
٢٢.	تعتقد امي أننا لا نتحمل المسؤولية				
٢٣.	امي غير معنية بمستقبلنا الدراسي				
٢٤.	نادرا ما تحذّرنا امي عندما نرتكب خطأً				
٢٥.	تعتقد امي أن لدينا أفكارا جيدة				
٢٦.	لا تتدخل امي في طريقة دراستنا أو تحديد أوقاتها				
٢٧.	لا تهتم امي بنتائج إمتحاناتنا				
٢٨.	تحرص امي على سماع وجهات نظرنا				
	الارتباط العاطفي				
٢٩	تفرح امي عندما أخاطبها بكلمات رقيقة				
٣٠	تعززنا امي على الاعمال المناسبة				
٣١	تستمتع امي بمشاركتنا الرحلات والنشاطات				
٣٢	تفضل امي مشاهدة التلفاز لوحدها بدلا من مشاهدته معنا				
٣٣	أرحب بإقتراحات وآراء امي				
٣٤	تقف امي إلى جانبي أيّا كانت الظروف				
٣٥	تشعر امي بالسرور من مساهماتنا بالنشاطات الاجتماعية				
٣٦	تعتز امي بنا				
٣٧	أشارك امي في حل مشاكلي				
٣٨	تفضل امي صحبة الاصدقاء على صحبتنا				

٣٩	أحب تدخل امي في شؤوني				
٤٠	أقلد تصرفات امي				
٤١	أدرك ما تريده امي مني دون أن تنطق بكلمة				
٤٢	أقدّر ما تريده امي مني				
٤٣	أرى أن حياة امي جيدة وأريد أن أكون مثلها				
٤٤	التفهم المتبادل هو الطابع الغالب على علاقتي بامي				
٤٥	أريد لحياتي في المستقبل أن تكون شبيهة لحياة امي				
٤٦	أتخذ من امي نموذجا لي				
٤٧	أحب أن أرتدي ملابس امي				
٤٨	غالبا ما أجد نفسي أردد أفكار امي				
٤٩	تتفهم امي تصرفاتي بطريقة مناسبة				
٥٠	أثق فيما تقوله امي٠				
٥١	عندما أخطئ تحاول امي تفهم وجهة نظري فيما فعلت				
	الوفاق الزواجي				
٥٢	أمي وأبي حريصان على إخفاء خلافاتهما عنا٠				
٥٣	أستجيب لطلب امي وأبي مني لآداء الفرائض الدينية				
٥٤	أمي وأبي متفقان على الإهتمام بتحصيلنا الدراسي				
٥٥	أشعر بالسرور عندما أستمع لامي تقول أن حياتها الزوجية سعيدة				
٥٦	أشعر بالسعادة لأن امي تحرص على حياتنا الاسرية				
٥٧	أطمئن عندما تتبادل امي الإهتمام مع ابي				
٥٨	لا أتضايق من إهتمام وإلتزام امي بطلبات أبي				
٥٩	أشعر بالآمان عندما تظهر أمي ثقتها بأبي				
٦٠	أسرّ لإتفاق امي مع ابي على مشاركتنا النشاطات المختلفة				
٦١	تهتم امي بنا حتى لو إختلفت مع أبي				
٦٢	أقتنع بطريقة توزيع المسؤليات بيننا من قبل أمي وأبي				
٦٣	أقدر حرص امي وأبي على تلبية حاجاتنا المختلفة				
٦٤	أشعر بالآمان لمساندة أمي لأبي في المواقف الصعبة				
٦٥	أشعر بالسعادة لحرص امي وأبي على حياتنا الاسرية				
٦٦	أطمئن الى الجهود المشتركة بين امي وابي مما يساعدهم على مواجهة المشاكل٠				
٦٧	أقدر وجهة نظر امي وأبي بضرورة إطاعة الأبناء لوالديهم				
٦٨	تشكل طموحات وأهداف امي وأبي دافعا لي للتفوق				
٦٩	أنظر الى امي وأبي بإحترام لإشتراكهما في إتخاذ القرارات وحل المشكلات				
٧٠	أرى أن علاقة أمي بأبي تتسم بالود والحنان				
٧١	أتفهم تعاطف أمي مع أبي عندما يعود من عمله مرهقا				
٧٢	أشعر بالسعادة لأن مشاعر امي تجاه أبي قوية				
٧٣	أتفهم سلوك امي تجاه ابي عندما يتبادلان العبارات الرقيقة				

ملحق رقم (٤)

برنامج الإرشاد الجمعي لتعديل التشويهات المعرفية لتحسين مستوى التكيف الزواجي والعلاقة مع الأبناء

الاهداف العامة:

١. التعرف على أثر الأفكار اللاعقلانية على العلاقة الزوجية.
٢. تنمية الإحساس بالمسؤولية في العلاقة الزوجية.
٣. إتاحة الفرصة أمام المتزوجين للتعبير عن الأفكار والمشاعر المختلفة حول الذات والاخر, وحول الأدوار الفردية والمشتركة لكل من الزوجين.
٤. إتاحة الفرصة أمام المتزوجين لمشاركة غيرهم حول المواقف المختلفة التي تتخلل الحياة الزوجية، كأسلوب دعم إنفعالي وفكري متبادل بين جميع المشاركين.
٥. زيادة وعي الآباء بأهمية التعرف على المتغيرات الإنفعالية والسلوكية لدى الأبناء.
٦. تطوير إستراتيجيات التعامل الوالدية.

الفئة المستهدفة:

الزوجات والأبناء بشكل خاص, والاسرة بشكل عام.

الجلسة الاولى

الوقت: ٩٠ دقيقة

الهدف:التعارف والتعريف بطبيعة البرنامج ٠

الاجراءات:

١- إعداد ملف لكل مشاركة يتضمن فكرة مبسطة عن طبيعة البرنامج الإرشادي, ومواعيد اللقاءات ومواضيعها, وأهداف كل لقاء وأبرز الإستراتيجيات المستخدمة, وبطاقة تعارف بين المشاركات والمرشد٠

٢- توزيع الملفات والترحيب بالمشاركات٠

٣- يطلب المرشد من المشاركات سحب بطاقة التعارف من الملف, حيث يكون بها المعلومات التالية:

بطاقة تعارف

الاسم :

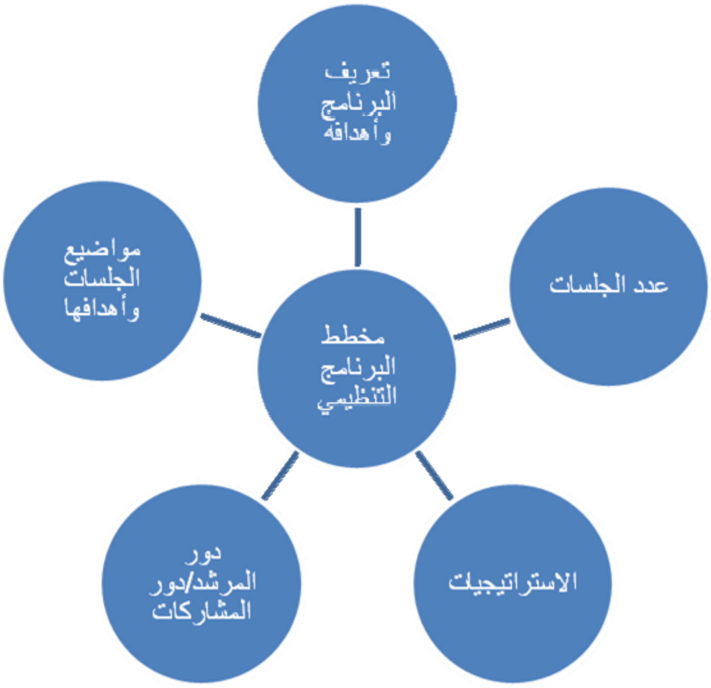
عدد سنوات الزواج :

عدد الاولاد :

أريد للآخرين أن يعرفوني من خلال٠٠٠

٤-تجمع البطاقات ويسحب المرشد واحدة منها٠ يذكر إسم صاحبة البطاقة, ويطلب منها أن تعرف نفسها لزميلاتها تبعا للمعلومات الموجودة في البطاقة, وعندما تصل الى الجزء الاخير, يقرأ المرشد من بطاقة المشاركة: " أريد للآخرين أن يعرفوني من خلال٠٠ فتتذكر المشاركة ما تريد للاخرين ان يعرفوها من خلاله٠ بعد ذلك يطلب المرشد من نفس المشاركة سحب بطاقة أخرى لمشاركة تالية، وتكرر المشاركة ما قام به المرشد٠ وتقوم المشاركة الاخيرة بسحب البطاقة التالية٠ وهكذا الى أن تقوم كل المشاركات بالتعريف على أنفسهن, والتعرف على غيرهن من المشاركات٠

٥-يقدم المرشد فكرة عامة عن البرنامج ويستعرض المعلومات الموجودة في الملف٠ وقد يستخدم شاشة العرض, ويبين مخططا شبيها بالمخطط التالي:



٥-يطلب المرشد من مشاركة أخرى قراءة عنوان البرنامج, ويكتب على لوح أمامه العنوان مرة أخرى, ويضع خطا تحت كلمة " **تعديل التشويهات المعرفية**"٠ وتناقش المشاركات الأفكار حول معنى التشويهات المعرفية٠

٦-إذا لاحظ المرشد صعوبة لدى المشاركات في طرح أي أفكار, يذكرأن الهدف من سؤاله هو إعداد المشاركات الذهني لما ستتم مناقشته في جلسات البرنامج التالية٠

٧- الاستمرار في إستعراض جلسات البرنامج٠عند الوصول الى الجلسة السابعة عشر, يذكرالمرشد أن الجلسات ١٧-١٩ خصصت لمناقشة موضوع لم تتم مناقشته خلال جلسات البرنامج, وله علاقة مباشرة بموضوع البرنامج الرئيسي, وأن على المشاركات الإتفاق فيما بينهن حول إختيار مواضيعها, وإعلام المرشد بما يتم الاتفاق عليه حتى يتم الاعداد لها٠

٨- يجيب المرشد عن أي إستفسار تطرحه المشاركات٠

٩- يؤكد المرشد أن طبيعة البرنامج تتناول معلومات ذات خصوصية وحساسة لبعض المشاركات, من هنا تأتي ضرورة الحفاظ على السرية, وعدم تداول ما يحدث في الجلسات خارج نطاقها٠

١٠- يؤكد المرشد على أهمية مساهمات المشاركات وعلى حضور جميع الجلسات لتحقيق أهداف البرنامج الارشادي٠ويرحب بإستفسارات المشاركات٠

١٢-يوزع المرشد على المشاركات نموذجا لحالة تتضمن مواقف تحدث بين الازواج, ويطلب منهن وضع أفكارأساسية في الحالة وإحضارها للجلسة التالية٠

نموذج حالة

(محسن وسناء)

"تزوج محسن وسناء منذ ١٥ عاما ولديهما ٣ أطفال، كلاهما موظف في مؤسسة خاصة تفرض كثيرا من المتطلبات على موظفيها، إعتقدت سناء أن حياتها الزوجية ستكون سهلة، خاصة وقد إتفقت مع محسن قبل الزواج على الاستمرار في وظيفتها٠ تقوم سناء بمعظم الواجبات المنزلية، بما فيها رعاية الأبناء وإصطحابهم إلى المدارس في الصباح، وحضور إجتماعات أولياء الامور، ومتابعة الواجبات المدرسية، وتنظيف البيت، وإعداد الطعام للأسرة الخ٠وعندما يقرر محسن مساعدتها، فإنه يفعل ذلك مجاملة لها وليس لإعتقاده بضرورة توزيع مسؤوليات البيت بينهما٠ ويتحرج عندما تتحدث سناء أمام أهله عن مساعدته لها أحيانا٠ يبرر محسن عدم رغبته في مساعدة سناء، بأنه كان يستمع إلى أمه تقول: " إن قيام الرجل بالأعمال المنزلية ينقص من رجولته، وهو لم ير والده في يوم من الايام يقوم بأي عمل من أعمال البيت٠ كثيرا ما يكرر على مسامع زوجته، أن ما تربى عليه في بيت أهله هو أن مسؤولية البيت والاولاد على الزوجة، وأن مهمة الزوج فقط هي إحضار النقود لتغطية نفقات الاسرة٠ يختلف محسن وسناء دائما إزاء هذا الموضوع، ولم تعد سناء قادرة على تحمل كل ما تقوم به، خاصة مع زيادة متطلبات وظيفتها٠

الجلسة الثانية

الموضوع: إطار مفاهيمي

الوقت: ٩٠ دقيقة

الهدف:معرفة التشويهات المعرفية وأثرها على العلاقات بين الناس

الاستراتيجيات: المناقشة وتحليل الافكار.

الاجراءات:

١- يقدم المرشد فكرة عامة عن توزيع وقت كل جلسة من جلسات البرنامج على النحو التالي، (أو حسب ما يراه المرشد مناسبا).

- **(٥) دقائق, تغذية راجعة عن موضوع الجلسة السابقة.**
- **(٢) دقيقة, نبذة سريعة عن موضوع الجلسة الحالية.**
- **(٤٥) دقيقة, مناقشة موضوع الجلسة.**
- **(١٠)دقائق إستراحة،**
- **متابعة فقرات الجلسة.**

٢- يظهرالمرشد على شاشة العرض العبارة التالية, ويكون قد وضع خطا تحت بعض الكلمات , وتقرأها إحدى المشاركات:

التشويهات المعرفية

مجموعة أفكار عامة توجّه عملية التفكير بإتجاه خاطئ, وتؤدي بصاحبها الى تكوين إستنتاجات مبنية على معلومات غير مناسبة وغير صحيحة.

(Corey, 2000)

٣-تناقش المشاركات المفاهيم المرتبطة بالكلمات التي تحتها خط, ويلخص المرشد النقاش على النحو التالي:

• مجموعة أفكار عامة	• وتعني وجود العديد منها, وتتسم بالعمومية وعدم التحديد.
• توجه عملية التفكير	• تتحكم في طريقة التفكير.
• استنتاجات مبنية على معلومات غير مناسبة وغير صحيحة	• استنتاجات لا دليل لها في الواقع يسند مصداقيتها.

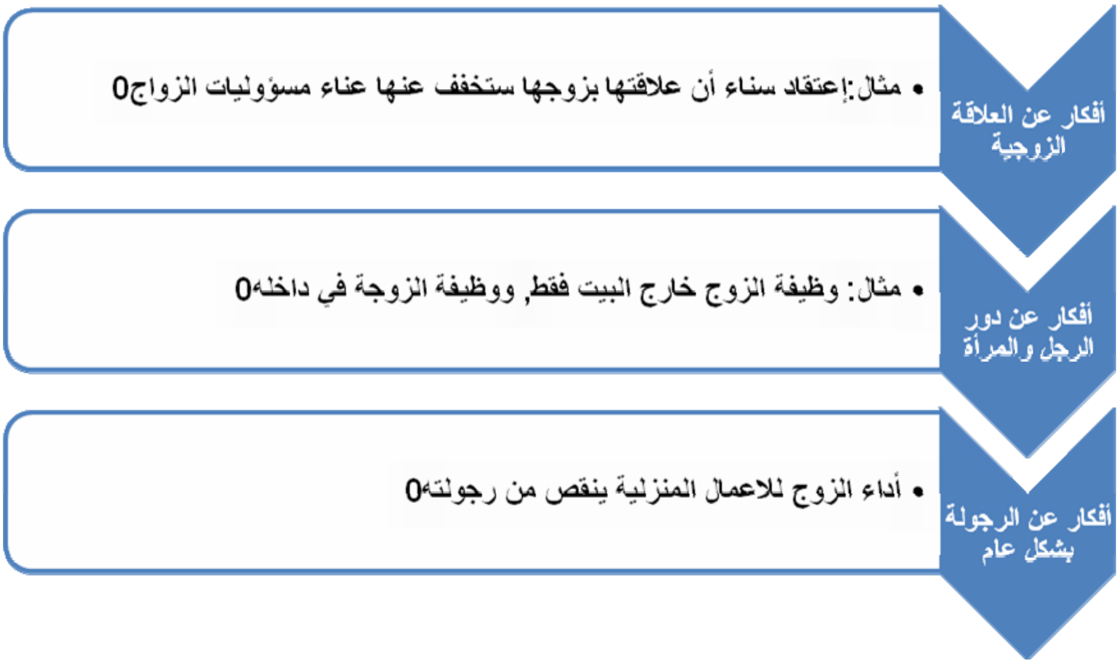
٤- تناقش المشاركات حالة محسن وسناء, ويتم ترتيب أفكار الزوجين على النحو التالي:

نموذج تمييز أفكار الزوجين

أفكار محسن	أفكار سناء
إعتقاد محسن(دون أي دليل يدعم إعتقاده) بأن مساعدته لسناء من قبيل المجاملة وليس من خلال إحساسه بالمسؤولية.	فكرة سناء المسبقة(دون أي دليل)عن سهولة حياتها الزوجية.

٥- تناقش المشاركات صحة أفكار محسن وسناء كأفكار تمثل التشويهات المعرفية.

٦- تصنف أفكار الزوجين على النحو التالي:



٧- تناقش المشاركات تأثير مثل هذه الافكار على عمليات التفاعل اليومية بين الزوجين.

٨- تناقش المشاركات مصادر تكوين التشويهات المعرفية, ويتم تلخيصها على النحو التالي:

مصادر تكوين الافكار التي تؤدي الى التشويهات المعرفية(Dattilio and Freeman, 2000, p 5)

الاسرة والخبرة الفردية للشخص	الجماعات الدينية	الجنس	المنطقة الجغرافية	الجماعات العرقية

٩- تناقش المشاركات العوامل التي تتحكم في مستوى تأثير التشويهات المعرفية على الحياة الزوجية, ويتم تلخيصها على النحو التالي:

العوامل المؤثرة في فعالية الافكارالتي تعبر عنها التشويهات المعرفية .(Dattilio and Freeman ,2000)

١-قوة التمسك بالافكار.	٢-مستوى إحساس الفرد بتأثيرها على أمانه
٣- خبرة الفرد السابقة	٤-العمر الزمني للآفكار
٥ – قوة الفكرة في إطار العمر الزمني	٦-الاشخاص الذين عززوا هذه الافكار

١٠-

يطلب المرشد من المشاركات وضع عدد من الافكار ذات العلاقة بالتشويهات المعرفية,إحضارها في الجلسة التالية كواجب منزلي.

الجلسة الثالثة

الانتباه الانتقائي(Selective Attention(1

الهدف: الوعي بموضوعية التعامل مع المواقف

الاستراتيجيات:الحوار,نماذج المراقبة الذاتية٠

الإجراءات:

١- تغذية راجعة عن موضوع الجلسة السابقة, ومناقشة الواجب المنزلي٠

٢-التعريف بمفهوم الإنتباه الإنتقائي, ومناقشة وجهات النظرحول هذا التعريف٠

الإنتباه الانتقائي Selective Attention

عملية إدراكية يتم فيها تجاهل الجوانب الإيجابية بالموقف وعزلها، والتركيز على إظهار الجوانب السلبية فقط٠ ويتحدد ذلك من خلال المشاعر الإيجابية أو السلبية تجاه شريك/ة الحياة٠

Epstein, et al.(as cited in Halford and Markman, 1997).

٣- يعلق المرشد على أراء المشاركات فيشير الى أن الإنتباه الإنتقائي في العلاقة الزوجية, يتأثر بمشاعر الزوجين تجاه بعضهما البعض٠ وقد يكون موجها الى الجوانب الإيجابية فيعزز العلاقة الزوجية, أو الى الجوانب السلبية فيزيد حدة التوتر ويعمق الخلافات٠

٤-يوزع المرشد نموذجا لمواقف تحدث بين المتزوجين حيث تناقشها المشاركات:

حالة مهند وسهى

" مهند وسهى أبناء عم تزوجا منذ ١٠ سنوات،أرغمت سهى على الزواج من مهند بعد فسخ خطوبتها على شاب من الجيران٠رزق الزوجان بأربعة أطفال، وبذلت سهى كل ما بوسعها لتجعل من حياتها الزوجية حياة ناجحة، عمل مهند على إرضاء زوجته، لكنه لم يستطع أن ينسى أنها كانت مخطوبة لرجل غيره، وانعكس ذلك على شعوره تجاهها٠وكان يذكرها بين فترة وأخرى بأنها لم

تتزوجه لانها تحبه،بل إنقاذا لموقفها أمام خطيبها السابق، وعندما تسأله: ما دمت تعرف ذلك، لماذا تزوجتني إذن! يقول: إنه النصيب, ذات يوم أخبرت شقيقة مهند سهى بإن خطيبها السابق قد طلق زوجته,ولم تعلق سهى على هذا الخبر. فيما بعد إتصلت شقيقة سهى لتخبرها أن والدتها مريضة، فأخبرتها سهى بأنها ستحضر لتطمئن عليها. أخبرت سهى زوجها برغبتها في زيارة والدتها، وعندما ذهبت، إضطرت للتأخير بسبب وجود بعض الزوار، حيث لم تسنح لها الفرصة للجلوس مع والدتها والاطمئنان على صحتها.غاب عن ذهن سهى الاتصال بزوجها لتخبره عن تأخرها،وعندما عادت إلى البيت، كان مهند بإنتظارها، وبدا عليه الضيق والغضب. وعندما سألها عن سبب تأخيرها، أخبرته بما حدث، وسمعته يقول بطريقة تحمل معنى معين: أهذا هو سبب التأخير! أم أنك ذهبت لتسألى عن حبيب القلب..؟ فوجئت سهى بما سمعت، وتمالكت نفسها وقالت: إن كنت لا تصدق بإمكانك الإتصال لتتأكد مما أقول. شعرت بالإهانة وقررت بينها وبين نفسها أن تأخذ حقها من مهند." "

٥- تنقسم المشاركات الى مجموعات يحدد عددها تبعا لعدد المشاركات. تناقش كل منها حالة مهند وسهى, من خلال ما تمت معرفته عن الإنتباه الإنتقائي, وتعين كل مجموعة متحدثة عنها, لتعرض الافكار التي توصلت إليها مجموعتها, وقد تكون كما يلي:

الموقف	الافكار السلبية التي تم التركيز عليها
• مرض أم سهى, وتأخير سهى عندما ذهبت لزيارتها.	• تجاهل مهند لمرض حماته وعدم سؤاله عنها, وألتركيزعلى ما خطر بباله من إهتمام زوجته بطلاق خطيبها السابق .

٦-يقدم المرشد تغذية راجعة إيجابية على التعاون بين المشاركات. ويوزع نموذج تسجيل الأفكار في المراقبة الذاتية, ويبرر المرشد إستخدام هذه النماذج, وقد يقول: " إن مثل هذه الأفكار العامة لا تكفي لتغيير تأثير الإنتباه الإنتقائي كتشويه معرفي على العلاقة الزوجية , بل يتطلب الامر تفحصا أكثر دقة. وستساعد هذه النماذج على تحقيق هذه الغاية.

٧-يظهر المرشد على شاشة العرض نموذج مراقبة الأفكارويقول بأن مراقبة الأفكار تساعد على ملاحظة الشخص لأفكاره وسلوكه أثناء تعامله مع الاخرين.

٨-يشرح المرشد الاجزاء المختلفة في النموذج, وتقوم المشاركات بتفحص حالة مهند وسهى وتفريغ المعلومات على أجزاء النموذج, وقد يكون ذلك على النحو التالي:

تسجيل الافكار في المراقبة الذاتية (Cormier and Nurius(2003

الموقف: -من؟ -ماذا حدث؟ -متى؟ -أين؟	المزاج -بماذا تشعرين؟ -ضعي درجة لما تشعرين به من ١- ١٠٠	الافكار التلقائية صور ذهنية -ماذا خطر ببالك قبل الشعور بما أحسست به؟ -ضعي دائرة حول أشد الافكار لديك	الادلة على قوة هذه الافكار	الادلة على عدم صحة هذه الافكار	أفكار بديلة موازنة: ضعي أفكار مغايرة يمكن أن تحدث توازن في أفكارك المسبقة٠ ضعي درجة لمستوى إعتقادك بهذه الافكار من ١-١٠٠	درجة المزاج في ضوء الافكار البديلة٠ الان ضعي درجة لمشاعرك التي كانت في العمود الثاني وللمشاعر الجديدة لديك من ١-١٠٠
من:سهى ومهند مرض والدة سهى وذهاب سهى لزيارتها٠	قلق ,حزن, خوف, شك٠ ٧٥%	*تنبه مهند الى تأخير سهى من بين كل ما حدث وركز أفكاره عليه(عادت تفكربه من جديد, لا تحبني, سيتشرد أبنائي إن نحن إنفصلنا)	طريقة سؤاله عن سبب التاخير٠ عدم إتصالها لتخبره عن تأخرها٠	تبذل جهدها لتنجح حياتها الزوجية٠	نحن متزوجان منذ عشر سنوات, وهي حريصة على حياتنا الزوجية٠	اشعر أنني تسرعت فيما قلته لها٠٠ احمد الله على أنها زوجتي وأم أطفالي٠ (٩٠%)

٩-يوجه المرشد المشاركات الى التركيزعلى مشاعر القلق والخوف التي أحس بها الزوج, وكيف أن هذه المشاعر قد تغيرت بعد أن تغيرت أفكاره الاولية حول الموقف٠

١٠-يطلب المرشد من المشاركات التدرّب على إستخدام هذا النموذج, وكتابة موقف من حياتهن الزوجية, حدث فيه إنتباه إنتقائي, وإحضاره للجلسة التالية٠

الجلسة الرابعة

الإنتباه الإنتقائي(٢)Selective Attention

الهدف: الوعي بموضوعية التعامل مع المواقف

الاستراتيجيات:الحوار, نماذج المراقبة الذاتية٠

الاجراءات:

١-الترحيب بالمشاركات، وتغذية راجعه عن الجلسة السابقة, والاستفسار عن الواجب, وتقديم موضوع الجلسة كإستمرار للإنتباه الإنتقائي, مع إستخدام إستراتيجية جديدة تساند إستراتيجية نموذج تسجيل الافكار الذي استخدم في الجلسة السابقة٠

٢-تنقسم المشاركات الى مجموعات, تستعرض كل مجموعة الموقف الذي وضعته كل مشاركة, ويتم الإتفاق, على إختيار أحد المواقف التي تكون اكثر تكرارا بين المتزوجين٠

٣-في الأثناء يتنقل المرشد بين المجموعات, ويجيب عن أي استفسار٠

٤- تعين كل مجموعة مشاركة من بينها, لقراءة الموقف الذي تم الإتفاق عليه, يتم التصويت على الموقف لإبقاءه أو إستبعاده٠ وتحدد المواقف التي تم الإتفاق عليها (على الاقل٢-٣ مواقف), وتختارالمشاركات أحدها للبدء فيه٠

٥- لغايات التذكر, تعيد إحدى المشاركات تعريف الإنتباه الإنتقائي كما تم عرضه في الجلسة السابقة٠

٦- تعود المشاركات الى نموذج تسجيل الأفكار٠ويذكر المرشد بأنه سيتم إستخدام حالة مهند وسهى, لكن في هذه المرة سيتم التركيز على مشاعر الزوجين, وإستخدام نموذج تسجيل المراقبة الذاتية لإستجابات المشاعر, وهو شبيه الى حد ما بالنموذج السابق٠ يوزع النموذج على المشاركات٠

٧- يستعرض المرشد أجزاء النموذج، ويطلب من المجموعات تعبئة النموذج تبعا للمعلومات في حالة مهند وسهى مع التركيز هذه المرة على مشاعر الزوجين٠

٨-تعين كل مجموعة إحدى المشاركات لقراءة ما أتفقت المجموعة على كتابته, ويقارن بعمل المجموعات الاخرى, يقوم المرشد والمشاركات بتأكيد ما هو صحيح وتعديل ما يحتاج الى تعديل, وإستبعاد ما لا يصلح. وهكذا الى أن تتأكد المشاركات من إتقانهن للأجزاء المختلفة لإستخدام النموذج. ينوّه المرشد الى أن كل من مهند وسهى أحسا بالقلق,لاسباب مختلفة, من هنا حدث اختلاف في إستجابة كل منهما, وقد يكون العمل على النموذج على النحو التالي:

تسجيل المراقبة الذاتية لاستجابات الشعور بالقلق

Self monitoring log for recording anxiety responses

(Cormier and Nurius,2003)

اليوم والتاريخ	تكرار إستجابات القلق	الاحداث الخارجية	الحوار الذاتي	عوامل سلوكية	درجة الاثارة	مهارة التعامل مع الموقف
أي وقت وأي يوم	<u>قلق مهند:</u> -كلما تذكر أن سهى كانت مخطوبة لرجل قبله. -كلما بدر من سهى اي سلوك يشعرمن خلاله أنها لا تحبه. -معرفته بطلاق خطيب سهى السابق لزوجته	-خطبة سهى السابقة لم تتصل به لتخبره عن تأخرها عند والدتها -طلاق خطيبها	مهند: أرغمت على الزواج منى.. لو كانت تحبني لما كانت بحاجة لمن يرغمها.	رفض سهى الزواج منه وإرغامها على ذلك. عدم محاولة سهى الاتصال به لتخبره عن تأخيرها عند والدتها.	شديدة جدا	مهند: ضعيفة
	<u>قلق سهى:</u> -كلما اشعرها مهند بأنها لا تحبه. -تحاول دائما بذل ما بوسعها لإنجاح حياتها الزوجية. -تجنب التعليق على موضوع طلاق خطيبها السابق يثير قلقها, خوفامن تعليقات الزوج -مرض الوالدة -التأخير.	-تذكيرها الدائم بأنها لم تتزوجه إلا إنقاذا لسمعتها بعد أن تركها خطيبها -إتهام الزوج بأن زوجته تأخرت لانها ذهبت تسأل عن خطيبها السابق	سهى: ما دام مهند لا يريد أن ينسى أنني كنت مخطوبة لغيره.. إذن لماذا لا أغيظه وأسأله" لماذا تزوجتني إذن؟		شديدة جدا	ضعيفة نسبيا.

٩-تعود المشاركات الى المواقف التي تم إختيارها٠تبدأ كل مجموعة بتفريغ المعلومات في الموقف بذات الطريقة السابقة٠ لا يتدخل المرشد في عمل المشاركات لكنه يجيب عن أي استفسار٠

١٠- تقوم مشاركة من كل مجموعة بقراءة ما أتفقت عليه بقية المشاركات في مجموعتها٠

١١-يقدم المرشد التغذية الراجعة, وتسجل المشاركات ملاحظاتهن عن الجلسة٠يطلب المرشد أن يكون ذلك بمثابة واجب منزلي, تحضره المشاركات في الجلسة التالية, وسيكون ذلك بمثابة تقييم أولي للجلسات لتعديل ما يحتاج الى تعديل٠

١٢-يذكر المرشد المشاركات بموضوع الجلسة التالية عن الإفتراضات وتأثيرها على التفاعل بين الزوجين٠

الجلسة الخامسة: الافتراضات(١) Assumptions

الهدف:الوعي بدور الافتراضات وتأثيرها على الحياة الزوجية

الاستراتيجيات: الحوار ونموذج مراقبة المشاعر

الاجراءات:

١-تغذية راجعة عن الجلسة السابقة ومناقشة الواجب المنزلي.

٢-يقدم المرشد موضوع الافتراضات. تناقش المشاركات الافكار الاولية لديهن حول الموضوع, ويربط المرشد أفكار المشاركات بما سبق وعرض في الجلسة الاولى عن التشويهات المعرفية .

٣-يظهر المرشد على شاشة العرض تعريف الإفتراضات كتشويه معرفي, ويبرز بعض الكلمات في التعريف وقد يكون على النحو التالي:

الافترضات

- معتقدات " افكار اولية" **اساسية حول طبيعة العلاقة الحميمية** بين الزوجين, وقد تكون معتقدات **إيجابية أو سلبية**, وتصبح مشكلة عندما تستند الى معلومات **غير دقيقة أومحددة**, ولا ينطبق مضمونها على الزواج بشكل عام, او على العلاقة الزوجية بين رجل وزوجته بشكل خاص(Epstien , et al.(as cited in Halford and Markman,1997)

٤-تناقش المشاركات الجوانب التالية من تعريف الإفتراضات

- أفكار أولية أساسية حول طبيعة العلاقة الحميمية بين الزوجين.
- سلبية أو إيجابية.
- تستند إلى معلومات غير دقيقة أومحدودة.

٥-يوضح المرشد هدف هذا الإجراء, وهو ربط هذه الافكار بما سبق وأن عرض في جلسة البرنامج الثانية, حول الافكار التلقائية التي تتكون لدينا في مراحل العمر الاولى, وتصبح جزءا من خبرتنا حول كل ما يحيط بنا, بما في ذلك العلاقة الخاصة بين الزوجين.

٦- تضع المشاركات بعض المواقف التي تحدث بين المتزوجين, ويتم إختيارأحدها, كالموقف التالي:

تزوج مصطفى من أريج وهي فتاة عرفت بجمالها وأناقتها, بعد شهرين من الزواج, تحولت أريج الى إمرأة مهملة بأناقتها ومظهرها, فوجئ مصطفى بهذا التحول, وعندما يبدي ملاحظاته على ذلك تقول له " إذا لم تشعر المرأة براحتها في بيتها فأين ستشعر بها! وعندما كان يعاتبها على إهتمامها بمظهرها حين تخرج من البيت تسأله بإستغراب:" هل تريدني أن أكون كلوديا شيفر ٢٤ ساعة في اليوم ! وكان يخفي إمتعاضه كلما سمعها تقول ذلك,ويتجنب التعليق ويفترض أن ذلك سيزيد التوتر في علاقتهما٠

٧-تنقسم المشاركات الى مجموعات, تشترك بعضها في وضع قائمة بإفتراضات للآزواج و الاخرى تضع قائمة لعدد من الافتراضات للزوجات, وتستعرض مشاركة عن كل مجموعة أفكار مجموعتها, وقد تكون على النحو التالي:

افتراضات الزوج	إفتراضات الزوجة
• ستظل زوجتي جميلة للابد • يجب أن تساند الزوجة زوجها مهما حدث٠ • الزوجة الصالحة هي التي تستمع الى كلام زوجها٠ • على الزوجة أن تسامح زوجها مهما فعل٠ • واجب الزوجة إحترام أهل زوجها مهما فعلوا٠	• للزوجة الاولوية في حياة زوجها٠ • ما دام يحبني فلن يكون بإمكانه أن يحب أحدا غيري٠ • إذا كان يحبني فانه سيحب ما أحبه وسيكره ما أكرهه٠ • ما دمت أحبه سيكون بإمكاني أن أغيره٠٠

٨-يضيف المرشد قائلا:" أن الافتراضات قد تكون إيجابية فتدعم العلاقة بين الزوجين, وقد تكون سلبية فتؤدي الى تدهور العلاقة بينهما"٠

٩-يوزع المرشد نموذج المراقبة الذاتية, ويشير الى أنه سيتم العمل على هذا النموذج مرتين, في المرة الاولى يتم تسجيل الأفكار كما تحدث مباشرة, وفي المرة الثانية, يتم إستخدام أفكار بديلة ومراقبة الإنفعالات الناتجة عنها، والتعرف على الإستجابة البديلة في الموقف, والنتائج المترتبة عليها٠

١١-يتجنب المرشد شرح محتويات النموذج للمشاركات كونه قد قام بشرحه في جلسة سابقة, لكنه يرحب بأي استفسار يتم طرحه٠ وقد تكون الإستجابات على النموذج كالتالي:

نموذج مراقبة المشاعر الناتجة عن الافكار التلقائية

الوقت والتاريخ	الموقف	الافكار التلقائية إفتراضات سلبية	المشاعر	استجابة تكيفية	النتيجة
حاليا وقبل شهرين	ظهورأريج بمظهر غير مهندم في البيت والإهتمام بمظهرها عندما تكون خارج البيت	مصطفى: – يجب ان تعتني الزوجة بنفسها طوال الوقت٠ –عدم إهتمامها بمظهرها من أجلي يعني أنها لم تعد تهتم بي٠ أريج:أنه زوجي الان٠٠ ليس من الضروري أن أكون قلقة إزاء مظهري دائما٠	–خيبة الامل٠ –الحزن كونه يفترض بانها لم تعد تهتم به٠ –الاحساس بعدم الحماس للعودة الى البيت٠ اشعر بانه لم يرىفي الا مظهري٠٠الا يرى في الا وجها جميلا٠	التأخر خارج البيت٠ الجلوس وحده عندما يكون في البيت	الجفاء / كثرة الشجار,/ تبادل الاتهامات العناد والاصرار على إهمال نفسها
يكرر أعلاه	يكرر أعلاه	إفتراضات إيجابية –عندما تتزوج الفتاة تزداد المسؤوليات عليها٠ –أريج:من حقه أن يرى زوجته جميلة	<u>مشاعر بديلة للزوج</u> اشعرأنها تحاول إرضائي	<u>استجابة بديلة</u> سأقلل طلباتي , سيكون بامكانها لاحقا التكيف مع حياتها الزوجية الجديدة , على أن أساعدها وأظهر حبي لها٠ –معه حق, على الاهتمام بنفسي قدر المستطاع	<u>النتيجة</u> –الرضا والتقبل لزوجته, والتنبه الى جوانب اخرى تبذل جهدها لارضائه٠ –شعور أريج بالارتياح لأن زوجها لاحظ محاولاتها لارضائه٠

١٢–يطلب المرشد من المشاركات ملاحظة الفرق في إستجابة الزوج والزوجة, عندما تغيرت إفتراضات كل منهما حول الأخر٠ قبل أن ينهي المرشد الجلسة, يطلب من المشاركات ملاحظة بعض المواقف في حياتهن الزوجية, وتسجيلها على نموذج مراقبة الافكار كما حدث خلال الجلسة٠

الجلسةالسادسة:الافتراضات (٢) Assumptions

الهدف:معايشة خبرة تأثير الإفتراضات على الحياة الزوجية٠

الإستراتيجيات:الحوار ولعب الادوار٠

الاجراءات:

١-تغذية راجعة حول الإفتراضات, وتشكيل مجموعات عمل تناقش المواقف التي تم إعدادها, وإختيار موقف من بينها, وقد يكون كالموقف التالي:

يدعو ماجد زوجته ميس لتناول طعام العشاء خارج البيت، في المطعم، يسأل ماجد الجرسون ليحضر له طبقا معينا، وعندما يسأل الجرسون ميس عما تريد أن تأكله، تطلب طبقا مغايرا للطبق الذي طلبه ماجد، هنا يبدو العبوس على وجه الزوج، وعندما تسأله ميس عن ذلك يقول:" ليش ما طلبت زي ما طلبت٠٠ مش لازم الزوجة تحب اللى بيحبه زوجها٠٠!

٢-تقوم المشاركات بتحليل الموقف على نموذج الافكار وتقوم إحداهن بتسجيل الموقف على اللوح كما حدث في الجلسات السابقة٠

٣-تضع المشاركات سيناريو للموقف تبعا لما يحدث فيه, وقد يكون الترتيب كالاتي:

١-الاتصال بالزوجة هاتفيا ليخبرها بتجهيز نفسها لانهما سيخرجان لتناول العشاء خارج المنزل٠

٢-يبدو الزوجان مبتهجان لخروجهما معا,وعندما يصلا الى المطعم, يطلب الزوج من الجرسون إحضار قائمة الطعام٠

٣-يسأل الجرسون الزوجة عما تريد أن تأكل, لا يعطيها الزوج فرصة للطلب وإنما يخبر الجرسون عن الطبق الذي يريدان تناوله٠

٤-يبدو الاحراج على الزوجة, وتقول: أتعرف انني ارغب في تناول٠٠٠(وتذكر طبقا مغايرا لما طلبه الزوج)٠

٥-يبدو الامتعاض على الزوج, لكنه يستجيب لما طلبته زوجته٠
٦-يغادر الجرسون, ليحضر الطعام, ويبدو الصمت على الزوجين٠
٧-الزوجة: " لماذا أنت ساكت الان!
٨-الزوج: لقد أحرجتني أمام الجرسون!
٩-الزوجة: لكنك تعرف أنني لا أحب الطبق الذي طلبته لي!
١٠-الزوج: على الزوجة أن تحب ما يحبه زوجها٠
١١-الزوجة : يعنى أنت عازمني بره ومحملٍني جميلة٠٠!
١٢-الزوج: هذه أخر مرة أعزمك فيها لنتعشى برّه٠٠
١٣-الزوجة: مش بحاجة لعزومتك٠٠ وقد تضيف٠٠ صحيح من ترك داره قل مقداره
١٤-الزوج: الحق علي,قومي نروح, يخرجان من المطعم متجهمين٠

٤-تقوم ٣ مشاركات بتمثيل أدوار كل من الزوج والزوجة والجرسون, تبعا لسيناريو الحوار السابق٠ ويطلب من البقية مراقبة إنفعالات الزوجين, والأفكار التي تمثل الإفتراضات الخاطئة التي عكرت أمسيتهما٠

٥-يوجه المرشد المشاركات الى إستخدام نفس الافتراضات في المشهد الاول, مع وضع اقتراحات لسلوك بديل لكل من الزوجين, ويذكر المرشد أن الهدف من ذلك هو إدراك أن تغيير الإفتراضات الخاطئة, يؤدي الى سهولة التعامل بين الزوجين, مما يؤدي الى رضا كل منهما عن علاقته بالاخر٠ وقد يكون ذلك من خلال جدول كالتالي:

إفتراضات ضمنية في موقف الزوج	سلوك الزوج/ الزوجة	رد فعل الزوج/ الزوجة
إفتراضات ضمنية في موقف الزوجة	**سلوك بديل للزوج/ للزوجة**	**رد فعل بديل للزوج/ للزوجة**

٦–تكرر المشاركات تمثيل المشهد لغاية الخطوة رقم (٧), ويكمل المشهد في ضوء الأفكار والمشاعر الجديدة, وقد يكون على النحو التالي:

٧– الزوجة : لماذا أنت ساكت الان؟
٨– الزوج بلطف: : كنت آمل مشاركتك لي في تناول الطبق الذي أحبه٠
٩–الزوجة بصوت رقيق, وقد بدا عليها الاحساس بإهتمام زوجها بها: "ليتك نبهتني الى ذلك"
١٠–الزوج وقد بدا عليه إحساس إهتمام زوجته بمشاعره: " بتهمني راحتك٠٠ وبيهمني أنك تأكلي اللى بتحبيه٠٠
١١–الزوجة مباشرة:(رد فعل الزوجة)" بإمكاني أن أغير ما طلبته٠٠ وتستمر الامسية بإنسياب كما خطط لها الزوجان

٧– يسأل المرشد المشاركات عن التغير الذي حصل لدى الزوجين, وتضع المشاركات قائمة بالملاحظات والاقتراحات حول التغيير في مشاعر وأفكار وسلوك الزوجين٠

٨–يعلق المرشد قائلا:" ما يهم هو أن تغيير الإفتراضات عند أي من الزوجين, أدى الى تغيير في أفكار الطرف الاخر ، مما أدى بدوره الى تغيير مشاعر وسلوك وردود أفعال كل منهما تجاه الاخر٠

٩–يطلب المرشد من المشاركات كتابة ملاحظات عن بعض المواقف مع الزوج الى حين موعد الجلسة التالية, ومحاولة استخدام ما تم تعلمه في الحياة الزوجية٠ وإحضار الملاحظات للجلسة التالية عن الإستدلال الإنفعالي٠

الجلسةالسابعة:الإستدلال الانفعالي (١)

Emotional reasoning

الهدف:تمييز السلوك المعلن والمشاعر الخفية في العلاقة الزوجية٠

الاستراتيجيات:الحواروتحليل المواقف٠

الاجراءات:

١- التعرف على الأفكار الأولية لدى المشاركات عن الإستدلال الإنفعالي في العلاقات الزوجية

٢- عرض تعريف الإستدلال الإنفعالي وقد يكون على النحو التالي:

الإستدلال الإنفعالي

عملية ذهنية موجهة بالحوار الذاتي للبحث عن أسباب تبدو منطقية لسلوك يستدل من خلاله على وجود مشاعر معينة لدى صاحبها٠

(Dattilio and Freeman,2000)

٠٣ تناقش المشاركات التعريف من خلال ما يتعلق بالافكار التلقائية(التشويهات المعرفية) التي نوقشت في الجلسة الثانية من البرنامج٠

٠٤تكوين المجموعات, وإقتراح بعض المواقف من واقع الحياة الزوجية٠

٠٥تعرض كل مجموعة الموقف الذي وضعته, ويتم إختيار موقفا من بينها لتطبيق مفهوم الإستدلال الإنفعالي عليها, وقد يكون الموقف كما يلي:

تنتهي ساعات عمل سمير في الخامسة بعد الظهر, لكنه يعود الى البيت كل يوم في الساعة التاسعة مساء, ويقول لزوجته عبير أنه يحتاج للجلوس مع أصدقائه بعد نهار عمله الطويل٠

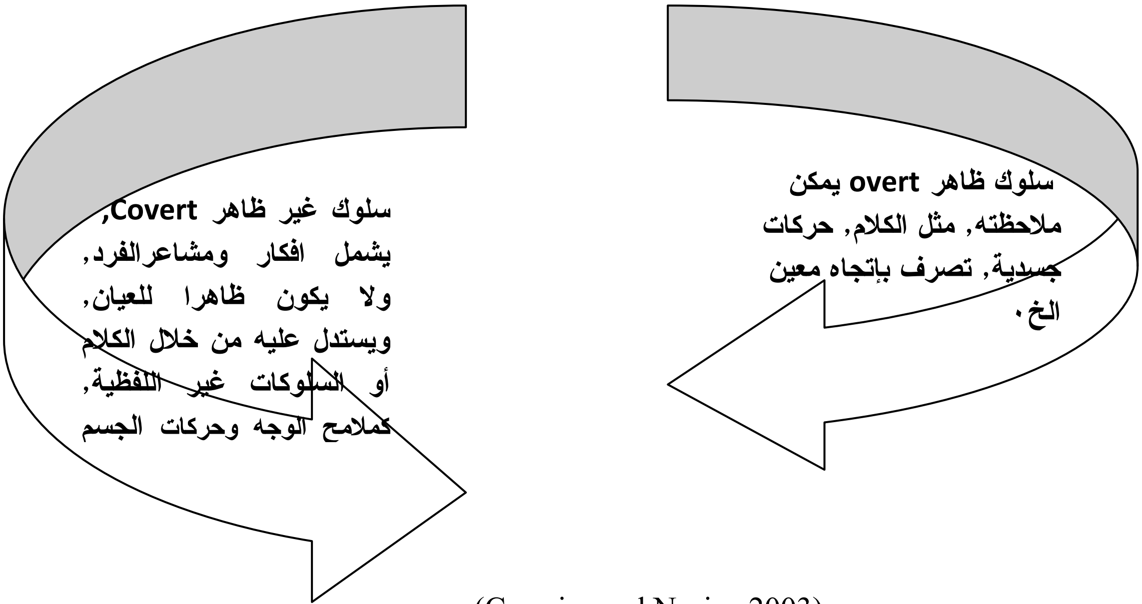
٦-تضع المشاركات قائمة بالسلوكات المختلفة التي تبدو في الموقف , وقد يلخصها المرشد على النحو التالي:

- **تأخر سمير في العودة الى البيت٠**
- **إحتجاج عبير على تأخر زوجها٠**
- **تبرير سمير لتأخره٠**

٠٦ يذكر المرشد أن السلوك لا يعني فقط السلوك الخارجي الذي يبدو على الشخص٠

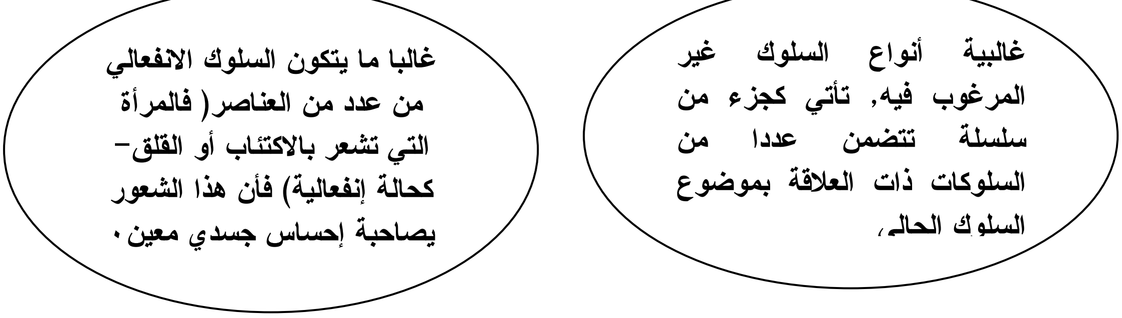
٠٧ يطرح المرشد السؤال التالي للمناقشة: " إذن ما هو السلوك وما هي أنواعه؟"

٠٨تناقش المشاركات مفهوم السلوك وأنواعه, ويتم تلخيص النقاش على النحو التالي: "السلوك هو الاشياء التي نقوم أو نفكر بها, وعليه فإن السلوك قد يكون:



(Cormier and Nurius,2003)

٩-يضيف المرشد الى تصنيف السلوك الملاحظات التالية: Cormier and Nurius(2003)



١٠-يوزع المرشد نموذج التعرف على أنواع السلوك,وتطبق عليه حالة سميروعبير:

التعرف على أنوع السلوك في حالة سمير وعبير

السلوك	نوع السلوك ظاهر	نوع السلوك غير ظاهر	الدليل
• يعمل موظف	X		يغادر البيت كل يوم الى العمل
• عودة سمير الى البيت	X		
• تبدي عبير إحتجاجها	X		التعبير بالكلام عن الاحتجاج
• شعور عبير بالضيق من عدم عودة زوجها الى البيت		X	الاحتجاج على تأخر سمير
• تجنب الزوجة والابناء		X	التأخير عن العودة الى البيت
• شعور سمير بالذنب		X	تبريرذاتي, وبأنه بحاجة للجلوس مع أصدقائه بعد الانتهاء من عمله٠

١١-يوزع المرشد على المشاركات بعض المواقف الشبيهة بالموقف السابق, ونموذجا للجلسة التالية شبيه بالنموذج السابق, ويطلب منهن التدرب على تمييزأنواع السلوك وإحضار الواجب, وإعداد مواقف اخرى للعمل عليها في الجلسة التالية عن الإستدلال الإنفعالي٠

الجلسةالثامنة:الإستدلال الإنفعالي(٢) Emotional reasoning الهدف:تمييز السلوك المعلن والمشاعر الخفية في المواقف بين الزوجين٠ الاستراتيجيات: تمرين حديث الذات,الحوار ولعب الادوار٠

١-تغذية راجعة من المشاركات عن موضوع الإستدلال الإنفعالي٠

٢-تشكيل مجموعات للبحث في موضوع الواجب المنزلي للمواقف التي تم إعدادها, ثم تطبيق محتوى السلوك فيها على نموذج كما حدث في الجلسة السابقة٠

تمرين تمييز السلوك الظاهر وغير الظاهر في المواقف بين الزوجين

الموقف	سلوك ظاهر	سلوك(إنفعال) غير ظاهر	إستدلال انفعالي للسلوك من خلال تبادل حديث الذات لدى كل من الزوجين٠
يستعمل نفس الموقف في الجلسة السابقة	تسمية نفس أنواع السلوك السابقة	تسمية نفس أنواع السلوك السابقة	

٣-عند عمود الإستدلال الإنفعالي: يطلب المرشد من المشاركات وضع قائمة بالحديث الذي يمكن أن يدور في ذهن الزوج والزوجة, وقد يكون على النحو التالي:

التعرف على نمط الحديث مع الذات

الزوج	الزوجة
١-طلبات عبير كترت, لما أتأخر بعطيهاش فرصة تحكي٠٠	**١-بطل يحبني زي أوّل ولا بحبّ أولادي٠٠ في حدا بيحرضه عليّ٠٠**
٢-ليش ما بتثق فيّ٠٠ زهقت٠٠ دايما بتشكي	**٢-بيهرب من المسؤولية٠٠**
٣-ما بتحسّ فيّ٠٠ بيكفي اللى بشوفه بشغلي٠٠	**٣-الحق علي أنا سكتّ من الاوّل ٠٠كان لازم أقول ما بيسير تسهر مع أصحابك وتتركني استناك**
٤-أنا مش مقصّر بحقها وحق ولادي٠ ٥-خليها تحل عنّي شويه! ٦-هذا البيت بطلت أرتاح فيه٠٠ شو بدي أساوي٠٠؟ ٧-كبرت وبطلت تميز إشي٠٠!	**٤-أنا خايفة أنّه بيعرف واحدة غيري ٥-ليروح أتجوز عليّ ٦-والله ما بيستاهل اللى بعمله علشانه٠بيكفي إنّي فاتحتله بيته٠٠**

٤-يثني المرشد على أداء المشاركات وأفكارهن التي تقترب كثيرا من الواقع في مثل هذا الموقف الذي يحدث بين الزوجين٠

٥-يذكّر المرشد المشاركات, أنه عندما تزداد الامور تأزما بهذا الشكل بين الزوجين, فإن مراقبة الأفكار والمشاعر تكون فعالة للتخفيف من حدة الموقف:

نموذج المراقبة الذاتية للآفكار

الوقت والتاريخ	الموقف	الافكار التلقائية	المشاعر	استجابةتكيفية	النتيجة
٢٠٠٩/١/١ يوم السبت, بعد الظهر	ما هو الحدث , أو حبل الافكار أوالذكريات التي أدت الى شعورك بالإنفعالات الحالية --------- - ذهب زوجي الى السوق ولم يأخذني معه بحجة أنه ذهب من الدوام مباشرة, وتأخر وأحضر أشياء كثيرة لم أطلبها, ومعظم الاشياء التي طلبتها لم يحضرها	ماذاخطر ببالك, ما هي الصور الذهنية التي عبرت مخيلتك؟ ما مستوى إعتقادك بهذه الافكار٠-١٠٠ --------- أفكار الزوجة: *زهق مني٠٠ *ما بدّو يدفع كثير *في أشي غلط*٠ بطّل يحب صحبتي *ما بيهمني كل اللى جابه ٧٠% أفكار الزوج: *طلباتها كتيرة*بتحب تمضي ساعات طويلة بالسوق, مش فاضي إلها* بطلت اقدر أطوّل بالي عليها٠*بطل يعجبها إشي٨٠%	ما هي المشاعر التي أحسست/ي بها؟ما شدة الانفعالات المرتبطة بها؟ ---------- الزوجة: *الالم، *الاستغناء عنها, *لاتستحق صحبته *عدم الاهتمام بالاشياء التي أحضرها٠٠الغضب ٨٠% الزوج: *ما يحدث أكثر مما يستطيع تحمله, *الحيرة لعدم مقدرته على الموازنة بين طلبات زوجته وراتبه٠ ٧٥%	ما هو الخطأ في الافكار التي خطرت ببالك؟ اطرحي على نفسك عددا من الاسئلة إزاء هذه الافكار -------- الزوجة: متى خرجنا معا أخر مرة؟آه من يومين بس٠ *شو صار لما ما رحت معاه٠ *بالعكس منيح ما أجا أخذني من الدار لاني كنت بدرس نهى(إبنتها) *الزوج:أنا بعرف إنها بتحب تروح معاي لازم أتصل وأسألها٠ بالفعل ست البيت أدرى بحاجات الدار٠	ما مدى إعتقادك بهذه الافكار؟ ما هي مشاعرك الان؟ ------ - ١٠٠% ١٠٠%

٦-يذكّر المرشد المشاركات بالتعبير الإنفعالي لدى الزوجين والذي يمثل إستدلالا إنفعاليا إزاء ما أحس به كل منهما, حيث أن الزوجة فسرت ذهابه وحده الى السوق من خلال ما أحست به من

مشاعر تتمثل في (عدم حاجة الزوج إليها, وعدم الرغبة في صحبتها الخ، في الوقت الذي فسر فيه الزوج مشاعره التي أحس بها من خلال أفكار مثل: كثرة الطلبات, إضاعة الوقت في التسوق الخ،

٧- يطلب المرشد من المشاركات التدرب على النموذج للتعرف على عناصر الإستدلال الإنفعالي في المواقف المختلفة, وسيكون ذلك واجب منزلي للجلسة التالية،

الجلسة التاسعة:الإستدلال الإنفعالي
Emotional Reasoning (٣)
الهدف:تحسين العلاقة مع الأبناء٠
الاستراتيجيات:تبادل الادوار
,الحوار

الاجراءات

١-يقدم المرشد تبريرا لتخصيص هاتين الجلستين عن الإستدلال الإنفعالي للعلاقة مع الابناء٠ ويأتي ذلك في سياق تحسين العلاقة بين الآباء والأبناء, كهدف من أهداف الدراسة التي يرتبط بها برنامج الارشاد الجمعي٠

٢-يظهر المرشد على شاشة العرض مجموعة أهداف خاصة بالجلسة الحالية وقد تكون على النحو التالي:

- مساعدة الآباء على فهم سلوك الأبناء٠
- مساعدة الأبناء على تفهم مواقف الآباء منهم٠
- تشجيع فرص التعبير الانفعالي بين الآباء والأبناء٠
- مساعدة المراهق على فهم ذاته٠

٣-ينوِه المرشد أن التعامل مع الأبناء سيكون من خلال ما نعرفه عنهم كأمهات٠

٤-توزع المشاركات الى مجموعتين, إحداها تمثل الامهات والاخرى تمثل الأبناء٠

٥-تستعيد المشاركات تعريف الإستدلال الإنفعالي كعملية ذهنية موجهة بالحوار الذاتي للبحث عن أسباب تبدو منطقية لسلوك يستدل من خلاله على مشاعر معينة لدى صاحبها٠

(Datillio and Freeman,2000)

٦-يطلب المرشد من مجموعة الامهات التي تمثل الأبناء المراهقين وضع قائمة بالافكار التي تدور في ذهن المراهق, أثناء الحوار مع الذات, وقائمة اخرى تمثل الإستدلالات الإنفعالية التي تعبرعما يفكر به٠

٧-يطلب المرشد من المشاركات اللاتي يمثلن دور الامهات وضع قائمة بالأفكار في الحديث الذاتي لديهن حول أبنائهن المراهقين, وقائمة أخرى تمثل الاستدلالات الإنفعالية عما يفكرن به تجاههم٠ ويلخص ما يتم التوصل اليه على النحو التالي:

الافكار في الحوار مع الذات لدى المراهق	مشاعر المراهق تنطق فماذا تقول؟(التبرير الانفعالي للآفكار)
أنا كبير,أنا حر٠٠لا احد يتحكم بي٠٠	لدي طاقة كبيرة٠ لآ أدري ماذا أفعل؟
يجب أن يحبني أصحابي, لا بد أن اقوم بشيءما	أريد أن أحب٠٠ وأن أكون محبوبا٠
بإمكاني أن أفعل كل شيئ٠ لا أحد يفهمني!	لا قيمة لي في هذه الدنيا٠
ما هي السيارة التي سأقتنيها بعد مأحصل على رخصة السياقة؟ ماذا سألبس اليوم عندما أخرج مع أصدقائي ؟	أنا وبس٠أشعربالضيق,الكل يراقبونني٠انا وحيد٠ لا احد يعرف كيف أحس, عليّ أن أكون مميزا!

٨-يطلب المرشد من المشاركات اللاتي يمثلن مجموعة الامهات إضافة أي أفكار اخرى الى قائمة الأبناء٠

٩-يلفت المرشد نظر المشاركات الى عدم إنتظام نمط الافكار والإستدلالات الانفعالية في الحوار مع الذات عند المراهق, ويبدو هذا طبيعي بشكل عام, بالنسبة لمرحلة النضج التي يمر بها المراهق٠

١٠- تستعرض المشاركات التي تمثل الامهات الحوار الذاتي الذي يدور في الأذهان حول الأبناء المراهقين, وتلخص المشاركات هذه الافكار على النحو التالي:

حديث الذات لدى الامهات حول الأبناء المراهقين

الافكار في الحوار مع الذات لدى الامهات	مشاعر الامهات تنطق فماذا تقول؟(الإستدلال الانفعالي للآفكار)
لا أدري ماذا يفعل في غرفته لوحده٠٠	الاحساس بالعجز إزاء التعامل مع المراهق٠
لم يعد يسمع كلامي كما كان من قبل!	الخوف عليه من أصحاب السوء٠
لا أدري ماذا أفعل به؟	الشك وعدم الثقة٠
أخشى أن يكون متورطا بأمر ما٠٠	القلق٠
آخر ما يفكر به هو دروسه٠٠	الحيرة٠
لم يعد يصلي كما كان يفعل من قبل!	الوحدة في عدم وجود أحد لتبادل الافكار المختلفة إزاء خبرة التعايش مع المراهق ٠

١١-تناقش المشاركات أفكار ومشاعر الامهات والابناء٠

١٢-ينوّه المرشد بأنّ السلوك المتبادل بين الوالدين وأبنائهم, يتأثر بأفكار كل منهما عن الاخر, وبالإستدلال الإنفعالي الذي يلجأ اليه الطرفان, ويؤدي ذلك, أما الى زيادة الفجوة أو التقريب بينهما٠

١٣-يطلب المرشد من المشاركات التي تمثل الامهات مناقشة ما يريده الآباء من الابناء,ويطلب من المجموعة التي تمثل المراهقين مناقشة ما يريده الأبناء من آبائهم٠

١٤-تقرأ مشاركة من المجموعة الاولى ما توصلت اليه مجموعة الامهات, ويلخص ما يريده الآباء من الأبناء على النحو التالي:

- **ماذا يريد الأباء من ابنائهم المراهقين؟**
- **الالتزام بالسلوكات الاخلاقية والدينية**
- **العلاقة الجيدة مع أفراد الاسرة.**
- **الاهتمام بالتحصيل الدراسي.**
- **تحمل المسؤولية.**
- **بناء مستقبلهم.**
- **النشاطات الاجتماعية(بما فيها إختيار الملابس, تصفيف الشعر, إختيار الاصدقاء, الخ.**

١٥-تعرض مجموعة المشاركات التي تمثل الابناء ما توصلن اليه في المناقشة على النحو التالي:

ماذا يريد المراهق من والديه؟

- **حرية معقولة ومكانة مميزة. والتعامل معهم كناضجين وليس كأطفال.**
- **الايمان بقدرتهم على عمل الاشياء الصحيحة.(الثقة)**
- **أن يحبهم والديهم ويتقبلونهم كما هم.(التقبل)**
- **ان يكونوا متيقنين بأن أبنائهم يستطيعون التحدث أيضا.**
- **الاصغاء اليهم ومحاولة فهمهم.**
- **الاهتمام بما يقومون به.**
- **بيتا سعيدا.**
- **التوجيه!**
- **النموذج الجيد.**
- **مسليين ولديهم روح الدعابة.**
- **يمكن أن يكونوا مصدرا لإعتزاز الوالدين وفخرهم.**
- **(Rice, 2001)**

١٦-ينهي المرشد الجلسة بإعطاء واجب منزلي للامهات, وهو كتابة مواقف تحدث بين المراهقين, ووالديهم للتعرف عما يريده المراهق من والديه في الجلسة التالية٠

١٧- ينهي المرشد الجلسة بالاشارة الى أن أفكار ومشاعر المراهق إزاء ما يريده من والديه تحتاج الى توضيح أكثر, وهذا ما سيتم في الجلسة التالية٠يطلب المرشد من المشاركات كتابة بعض المواقف مع أبنائهن المراهقين وإحضارها للجلسة القادمة٠

الجلسةالعاشرة:الإستدلال الانفعالي (٤)
Emotional reasoning

الهدف:تحسين العلاقة بين الآباء والأبناء

الاستراتيجيات:العصف الذهني وتبادل الادوار٠

الاجراءات

١-تغذية راجعة عن موضوع الجلسة السابقة٠

٢-تشكل المشاركات مجموعات كالعادة, ويبدأ العمل على المواقف التي تم إحضارها بين الآباء والأبناء

٣-يذكر المرشد المشاركات بأنه لن يتم إستبعاد أي من المواقف٠ بل ستقوم كل مجموعة بمحاولة التعرف على ما يريده المراهق من والديه من خلال سلوك المراهق, والإستدلال الإنفعالي الذي يعبر عن هذا السلوك٠ وستختار كل مجموعة مشاركة عنها لتفسير سلوك المراهق, كما تم الاتفاق عليه بين أفراد مجموعتها٠

٤-يوزع المرشد على المشاركات أوراق عمل, تحتوي كل منها على عنوان رئيسي لما يريده المراهق من والديه, تناقش المجموعات هذه الاوراق, ويلخص ما يتم التوصل اليه على النحو التالي:

ماذا يريد المراهق من والديه؟

أولا: حرية معقولة ومكانة مميزة من خلال التقبل٠

- **يتم التقبل من خلال ما يلي:**
- **يتم التقبل من خلال عملية التفرد والإنفصال عن الوالدين٠**
- **تظل علاقة المراهق بوالديه قوية لكنها تنتقل الى مرحلة جديدة يبحث فيها المراهق عن نوع مختلف من العلاقة معهما٠**
- **تركز شكوى المراهق على أن والديه يعاملانه كطفل٠**
- **يريد المراهق أن يشعر بقدرته على إتخاذ القرارات٠**

ثانيا:الثقة

- **يتوقع الآباء أسوأ الأمور من المراهق!**
- **تتفاوت درجة الثقة بين الآباء بأبنائهم، حيث تقل عند بعضهم،ويسقطون ما لديهم من مشاعر الذنب والقلق والخوف عليهم٠**
- **ينتاب بعض الآباء القلق إزاء المشاكل التي عانوا منها عندما كانوا هم أنفسهم مراهقين٠**

ثالثا:الرغبة في التواصل

- يمكن التوصل لحل معظم مشاكل المراهقين مع آبائهم حين يكون كلا الطرفين قادرعلى التواصل مع الاخر.
- يكرر الوالدان دائما أن أبنائهم المراهقين لا يصغون إليهم!
- يكرر المراهقون دائما أن والديهم يلقون عليهم المحاضرات بدلا من أن يناقشوهم!
- عندما يبدى الوالدان إحترامهم لأراء أبنائهم فإن الصراع بين الطرفين تقل حدته،ويصبح جوالمنزل أكثر راحة.

رابعا:الاعتراف بهم

- يريد المراهق من والديه أن يحبوه ويتقبلوه عندما يخطئ.
- يرفض المراهق الشعور بانه لا يكون كاملا إلا إذا أقر له والديه بذلك!
- يرفض المراهق أن يكون هدفا للإنتقاد.
- ليس من المفروض أن يقبل الوالدين كل ما يصدر عن المراهق!
- يحتاج المراهق إلى التقبل والضبط في آن واحد.

خامسا: إهتمام الوالدين وتقديمهم للدعم

- يطلب المراهق من والديه الإهتمام به.
- يحتاج المراهق إلى الدعم الإنفعالي والاخلاقي من والديه كلما إحتاج اليهما.
- يظهر المراهق كثيرا من المقاومة لوالديه عندما ينشغلان عنه بأنشطتهم الخاصة.

سادسا: النموذج الجيد

- أن يطبق الوالدان أنفسهم كل ما يطلبون من المراهق القيام به.
- أن يكون الوالدان مصدر إعجاب لأبنائهم.
- أن يكون الآباء مصدر إعتزاز وفخر للأبناء.

سابعا: التوجيه

- يحتاج المراهق لتوجيه وإرشاد والديه، لكن بعض الاساليب المستخدمة معه تكون أكثر فعالية من غيرها.
- تبين الدراسات أن التفسير وبيان الأسباب يساعدان في غرس المبادئ الأخلاقية والمثل العليا في نفس المراهق.
- التحدث مع المراهق أسلوب مهم في هذه المرحلة العمرية.
- أكثر الآباء نجاحا في حل الصراعات مع أبنائهم المراهقين هم الذين يظهرون لهم الإحترام ويبادلونهم الافكار والمعلومات.
- إستخدام العنف والعقاب والحرمان والتهديد مع المراهق يجعله عدوانيا، عدائيا ومنحرفا.
- يكون بعض الآباء أكثر فعالية من غيرهم، عندما يشجعون أبنائهم على تحمل المسؤولية،وإتخاذ القرارات والمبادرات والاستقلالية، وفي الوقت ذاته يستخدمون صلاحياتهم كآباء.

ثامنا: بيت سعيد

- يحتاج المراهق إلى جو أسري مفعم بالسعادة والرضا.
- الجو الاسري المشحون بالغضب وعدم السعادة والضغط والعدائية، يؤثر سلبا على كل أفراد الاسرة بما فيهم المراهق.
- البعض، يشعرون بالسعادة والرضا أكثر من غيرهم.

٥-يذكر المرشد أن توفر درجة مناسبة مما يريده المراهق من والديه أساسي في تحسين علاقة الآباء بالأبناء, علما بأن ما يحتاجة المراهق من بيت سعيد يرتبط مباشرة بموضوع البرنامج الرئيسي وهو تحسين العلاقة مع الأبناء مقترنا بتحسين التكيف الزواجي, من خلال الوعي بالاستدلالات الإنفعالية وغيرها من التشويهات المعرفية التي يتم اللجوء اليها اثناء التفاعل بين أفراد الاسرة بشكل عام٠

٦-يطلب المرشد من المشاركات كواجب منزلي، الإجابة على سؤال حول أثر التكيف الزواجي على التكيف النفسي للمراهق, من خلال ما تم التعرف عليه في الجلسات السابقة للبرنامج؟

الجلسة الحادية عشر:المعايير(١)

Standards

الهدف: الوعي بتأثير المعايير على التعامل بين الزوجين٠

الاستراتيجيات: العصف الذهني

الإجراءات:

١- تغذية راجعة عن موضوع العلاقة مع الأبناء في ضوء الإستدلال الإنفعالي, ومناقشة سريعة للواجب المنزلي٠

٢-يظهرالمرشد على شاشة العرض عنوان الجلسة الحالية, وتقوم مشاركة بقراءة التالي:

المعاييرStandards

مجموعة أفكار حول جانب من جوانب الحياة, وهي جزء من الافكار تتكون في إطار ما أطلق عليه الابنية المعرفية٠وتختلف طبيعتها من شخص الى آخر من خلال التجربة الفردية للإنسان٠وفي العلاقة الزوجية, فإن المعايير تشير الى أفكار كلا الزوجين, لما يجب أن يكون عليه شريك الحياة٠وقد تتسم هذه الافكار باللاعقلانية, ولا تتحقق في شريك الحياة, حيث لا تستطيع الصمود أمام مواقف الحياة الواقعية٠

Epstein, et al. (as cited Halford and Markman,1997)

٣-تناقش المشاركات مفهوم المعايير, والافكار التي تمثلها٠ وقد تلخص أحداهن هذه الافكار على النحو التالي:

- **"يجب أن يكون زوجي قادرا على قراءة أفكاري دون أن أقول شيئا٠"**
- **"علينا أن لا نتحدث في الامور التي تسبب لنا إزعاجا"**

٥-يوزع المرشد قصاصات ورق على المشاركات مرقمة, تحتوي عبارات متعددة ذات علاقة بالمعايير,حيث سيتم البحث في موضوع الجلسة من خلالها الافكار الواردة فيها:

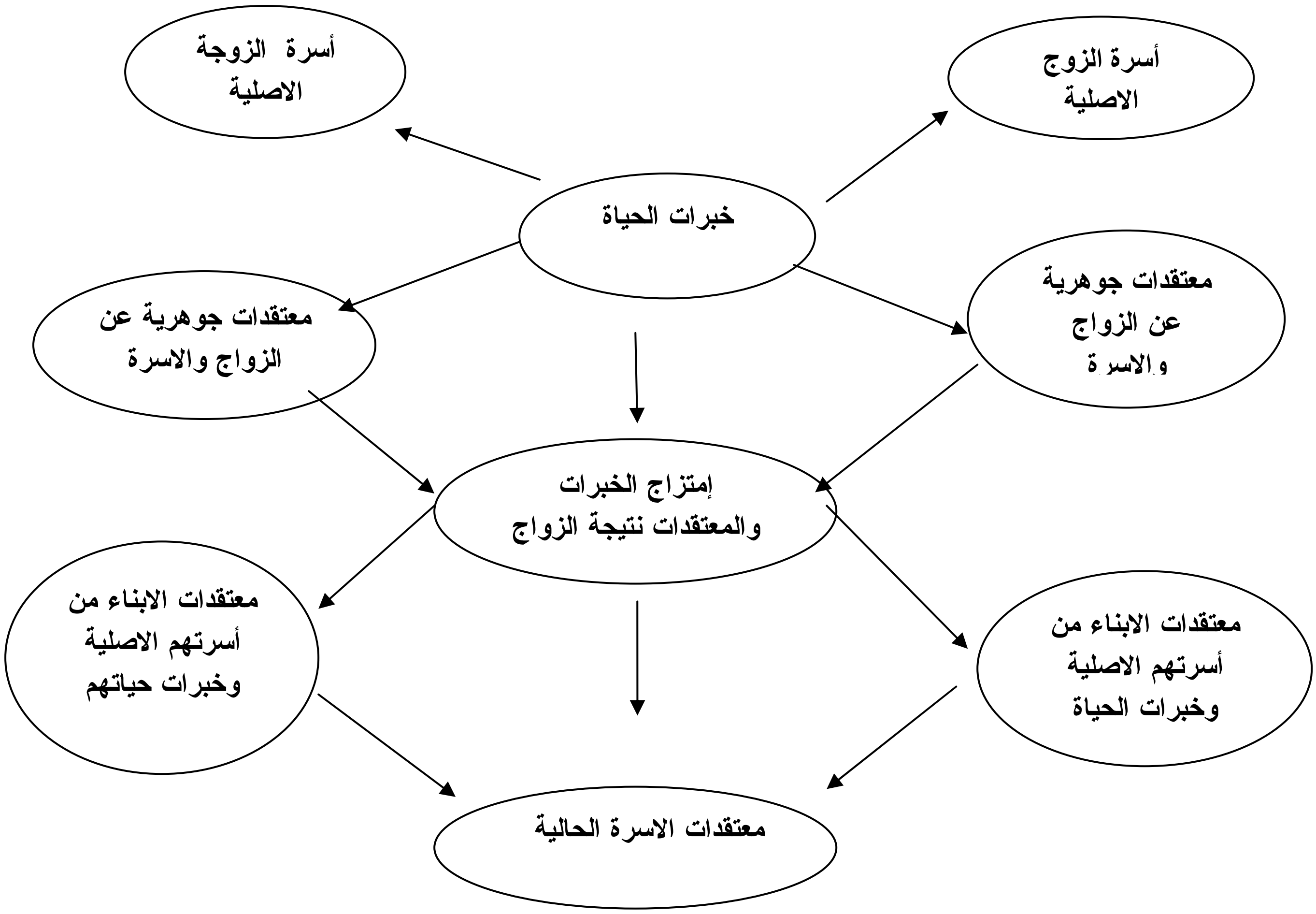
الورقة رقم (١) **يشترك الزوجان في الإعتقاد بمعايير الحياة الزوجية, ويختلفان في محتوى هذه المعايير وأولويتها٠**

٦-يلخص ما تتوصل اليه المشاركات في نقاشهن , وقد يكون ذلك من خلال المخطط التالي:

مخطط تكوين المعايير وأسباب إختلاف محتواها بين الزوجين

(Datillio and Freeman, 2000)

الزوج **الزوجة**



٧-تناقش المشاركات محتوى العبارة , ويلخص المرشد ما تتوصل اليه المشاركات على النحو التالي:

- **عندما نبالغ فيها(من حيث كثرة عددها)٠**
- **عندما يزيد التشدد في الاعتقاد بها٠**
- **عندما يكون لها تأثير سلبي على حياة الاخرين وعلاقاتهم المختلفة٠**
- **عندما تتحكم فينا وتصبح قواعدا نبني عليها علاقاتنا مع الاخرين٠**

(Halford and Markman,1997)

الورقة رقم (٢)

يشترك الزوجان بالمعايير التي يحملانها, ويصرحان بها لكن الاختلاف بينهما في ترتيب أولوية هذه المعايير بالنسبة لكل منهما, ومن هنا فإن المعايير بشكل عام تتمثل فيما يلي:

٧-تناقش المشاركات الورقة الثانية, ويلخص المرشد ما يتم التوصل اليه على النحو التالي:

- **تقديم الدعم الانفعاليemotional support**
- **المشاركة في أخبار النجاحات٠**
- **الاخلاص٠**
- **خلق أجواء الانسجام في البيت٠**
- **إحترام خصوصية الشريك٠**
- **المحافظة على الاسرار٠**
- **مناداة الشريك بإسمه الاول٠**
- **الانسجام الجنسي٠**
- **تذكر أعياد الميلاد٠**
- **مساندة الزوج/الزوجة أثناء غياب أي منهما٠**

Epstein, et al.(as cited inHalford and Markman,1997)٠

الورقة رقم (٣)

الى جانب المعايير المعلنة وإختلاف ترتيب أهميتها بين الزوجين, هناك عدد من المعايير الضمنية يعتبر وجودها كتحصيل حاصل في العلاقة الزوجية, ويكون لها مؤشرات على إلتزام الزوجين بها عندما يقع بينهما خلاف:

٨-تناقش المشاركات الورقة الثالثة, ويلخص المرشد ما يتوصلن اليه على النحو التالي:

- **تجنب الخسارة المادية.**
- **الحفاظ على العلاقة الحميمية بينهما.**
- **التصرف بإيجابية وتفهم.**
- **القيام بكل ما يلزم لحل الخلافات.**
- **التعبيرالانفعالي والتعبير عن الافكار.**
- **التعقل(التصرف بعقلانية).**

Epstein, et al.(as cited inHalford and Markman,1997).

٩-يطلب المرشد من المشاركات في نهاية الجلسة إعداد مواقف, يمكن من خلالها التعرف على المعايير التي تحكم تصرف الزوجين. وإحضارها للجلسة التالية للتدرب عليها.

الجلسة الثانية عشر: المعايير(٢) Standards

الهدف:الوعي بتأثير المعايير على التفاعل بين الزوجين٠

الاستراتيجيات: الحوار, لعب الادوار,نموذج مراقبة الافكار

الاجراءات:

١-تغذية راجعة عن المعايير٠

٢-بحث الواجب المنزلي, وإختيار بعض المواقف المناسبة للعمل عليها اثناء الجلسة٠

الموقف الاول:

تعود الزوجة من عملها فتجد إسطوانة الغاز قد فرغت, ولم تجهز الطعام, وعندما يعود الزوج تخبره عن الاسطوانة, فيقول لها: أليس معك نقود لشراء أسطوانة جديدة؟ فتقول له باستهجان: " بدّك إياني أصرف على الدار٠٠ إنت الرجّال وإنت المسؤول عن المصروف٠

الموقف الثاني:

تشكو الزوجة لزوجها من أن أبنتها المراهقة لم تعد تسمع كلامها وتعاندها٠٠ وتقول له: " لم أعد قادرة على التعامل معها٠ فيردّ الزوج عليها:" أنا مش عارف شو اللى بتعمليه٠٠ أنا بعرف أنّه تربية البنات على أمهم٠٠ وأنه الاب مسؤول عن تربية الاولاد٠

٣-تناقش المشاركات السبب في إختيار هذين الموقفين من بين المواقف, وقد تستنتج المشاركات بأنّ الموقف ألاول يمثل معاييرا تملكها الزوجة عن دور الزوج, والثاني يمثل معاييرا يملكها الزوج عن دور الزوجة في الحياة الزوجية٠

٤-يبين المرشد للمشاركات أن جلسة اليوم سيتم إدارتها من قبل المشاركات أنفسهن, حيث سينضم المرشد الى مجموعة المشاركات٠ يسأل المرشد المشاركات عمن ترغب القيام بدور المرشد٠ ويتم إختيار مشاركتين من مجموعتين مختلفتين٠

٥-يستفسر المرشد من المشاركتين عن أفضل الإستراتيجيات التي يمكن إستخدامها مع الموقفين أعلاه, وقد تختار المشاركتان إستخدام نموذج مراقبة الافكار الذاتية للموقف الاول و تمثيل الدور بالنسبة للموقف الثاني٠

٦-يوزع المرشد مهام الجلسة على المشاركتين, حيث تقوم المشاركة الاولى, بإدارة الجلسة في الجزء الخاص بنموذج المراقبة الذاتية في الموقف الاول, في حين تقوم الثانية بإدارة الجلسة فيما يتعلق بتمثيل الدور٠

٧-يطلب المرشد من بقية المشاركات مساندة الزميلتين المشاركتين أثناء إدارتهما للجلسة٠ ثم ينضم الى أحد المجموعات ليكون واحدا من المشاركات٠

٨-تقوم المشاركة الاولى بكتابة عناصر نموذج مراقبة الأفكار على اللوح لتذكير المشاركات بها٠ وتعمل المشاركات بما فيهم المرشد على تعبئته٠ وبعد الإنتهاء من هذا النشاط , تلخص المشاركة ما توصلت اليه المجموعات على النحو التالي:

المعايير

نموذج المراقبة الذاتية للأفكار(الموقف الاول)

الوقت/التاريخ	الموقف	الافكار التلقائية	المشاعر	افكار بديلة	المشاعر
بعد الظهر	***عودة الزوجة من عملها, *تحضير وجبة الطعام، *اسطوانة غاز فارغة٠**	***لازم إشي يطلعلي٠ *طلبت منه(من الزوج) أنه يترك مصاري علشان أشتري غاز ما سمع كلامي٠ *بيتهرب من واجباته٠ عمره ما أكل٠٠**	***احباط, *توتر, *حيرة, *غضب ٨٠%**	***أم محمود(الجارة التي تسكن في الشقة المقابلة) دائما عندها جرة غاز إحتياط٠٠ ممكن أنها تستغني عنها شويه٠ *معي ١٠ دنانير في حقيبتي٠٠بإمكاني أن أطلب أسطوانة غاز٠٠ * خليني أحاول أحضر شوية نواشف٠٠ الى أن يأتي محمد(زوجها) ويدبّرنا الخ٠٠**	***زيادة الدافعية لتحضير وجبة الطعام٩٠ % *راحة٦٠ % *إحساس بالقدرة على تدبير الامور٨٠ %**

٩-تتولى المشاركة الثانية إدارة الجلسة من خلال الموقف الثاني, حيث سيتم تطبيق استراتيجية تمثيل الادوار٠

١٠–تعيد المشاركة استعراض الموقف الثاني لتذكير المشاركات به, وهو عن الزوجة التي تشكو لزوجها عدم مقدرتها على التعامل مع الإبنة المراهقة, توزع المشاركات الموقف بين عدد من المشاهد على النحو التالي:

- **المشهد الاول: الام والابنة المراهقة وهما يتجادلان.**
- **المشهد الثاني: الزوجان وهما يحتسيان فنجان قهوة, ويبدو الامر عادي ويخلو من أي توتر.**
- **المشهد الثالث: الزوج والزوجة وهي تتحدث له عن الابنة, ويحتد الموقف بين الزوجين عندما يظهر الزوج أفكاره لزوجته عن دورها في تربية إبنتها, مما يكوّن لها مشاعر سلبية, وإستجابة سلوكية سلبية تجاه زوجها.**
- **المشهد الرابع: إعادة تمثيل المشهد الثالث, ولكن بمعايير بديلة, يكون لها تأثير إيجابي على مشاعر الزوجين.**

١١–توزع المشاركة التي تقوم بدور المرشد, المشاهد بين مجموعة المشاركات, وتطلب من كل مجموعة إختيار مشاركتين من بينها لتمثيل المشهد الخاص بها.

١٢– يلفت المرشد نظر المشاركة التي تقوم بدوره الى ضرورة التأكيد على أن لا تزيد مدة تمثيل كل مشهد ما بين ٣–٤ دقائق, ومراعاة الوقت المتاح للجلسة.

١٣–بعد الانتهاء من هذا النشاط, يقدم المرشد تغذية راجعة إيجابية حول أداء المشاركات.

ويطلب من بقية المشاركات تسجيل الملاحظات حول الجلسة وإحضارها في الجلسة القادمة.

الجلسة الثالثة عشر:العزو (١) Attribution

الهدف:التعرف على تأثير العزو على العلاقة الزوجية.

الاستراتيجيات:الحوار, تحليل الموقف

الاجراءات

١-تغذية راجعة عن موضوع الجلسة السابقة ومناقشة الواجب المنزلي.

٢-يظهر المرشد العبارة التالية على شاشة العرض:

" تميل الدراسات الحديثة في مجال العلاج الزواجي للبحث عن أنماط تغيير الادراكات الفردية لدى الزوجين, أو قبولها عند الطرف الاخر."

٣-تناقش المشاركات مفهومي التغيير والقبول في ضوء ما تم تعلمه عن التشويهات المعرفية.وقد يلخص المرشد ما يتم التوصل اليه على النحو التالي:

- **تغييرالادراكات يعني تغيير طريقة تفكير الشخص نفسه إزاء ما يدور حوله, أما القبول فلا يعني الموافقة على ما لدى الاخر, وإنما الاعتراف بحق الاخر في إمتلاك وجهة نظر مغايرة لوجهة نظري.**

٤-تسترجع مشاركة الهدف من البرنامج الارشادي, وهو تعديل الإدراكات الخاطئة (التشويهات المعرفية) لتحسين العلاقة الزوجية والعلاقة مع الأبناء.

٥-تقرأ مشاركة عنوانا على لوحة العرض عن العزو, وقد يكون على النحو التالي:

العزوAttribution

عملية إدراكية تتمثل في كونها استنتاج أولي يقوم به أحد الزوجين, ليفسر من خلاله سلوك الطرف الاخر أثناء وقوع الحدث(الموقف)

Epstein, et al.(as cited in Halford and Markman,1997).

٦-يظهر المرشد على شاشة العرض التعليق التالي على تعريف العزو وتقوم إحدى المشاركات بقراءته:

- **"<u>ترتبط المشاكل الزوجية بنزعة الزوجين إلى القيام بتفسيرات ثابتة وعامة إزاء المواقف التي تعترض حياتهما الزوجية</u>، <u>من خلال عملية إلقاء اللوم</u> على الطرف الاخر كمتسبب في حدوث المشاكل الزوجية:**

Epstein, et al.(as cited in Halford and Markman,1997).p 418

يعقب المرشد على العبارة بالسؤال التالي: ما هو المقصود بمفهومي الثبات والعمومية؟

٧- تناقش المشاركات هذين المفهومين, ويلخص المرشد ما يتوصلن اليه, وقد يكون على النحو التالي:

الثبات: وجود نمط معين ومتشابه ويتكرر حدوثه لتفسير ما يحدث في الموقف كأن تستمر الزوجة بتفسير تأخر زوجها عن العودة الى البيت كمحاولة منه لتجنب تمضية الوقت معها

عامة: تجنب التمييز بين المواقف في إطار الظرف الخاص بكل منها, وإطلاق الحكم على ما حدث في موقف ما على المواقف الاخرى، كأن يقول الزوجة لزوجته:"إنت دايما إللي بتنكدي علينا"

٨-تنتقل المشاركات لمناقشة كلمة اللوم في العلاقة الزوجية,ويلخص المرشد النقاش:

اللوم: وسلية يدافع بها الشخص عن نفسه من خلال تحميل الاخر مسؤولية ما يحدث كأن تقول الزوجة لزوجها: الحق عليك.. أنت اللى ما بتسمح لي أتدخل.

٩-ينوّه المرشد الى أن الدراسات الحديثة المتعلقة بالإرشاد الزواجي, ترتكز على قاعدة أساسية في مساعدة الزوجين, هي التقبل وليس التغيير Acceptance VS, Change , من خلال إجراء تعديل على طريقة العزو(التفسير) لسلوك الطرف الاخر. ويفترض أن خبرة الزوجين ببعضهما

البعض تزيد من إحساس كل منهما بالرضا, دون أن يكون هناك تغيير للسلوك بحد ذاته ٠

Epstein, et al.(as cited in Halford and Markman,1997).

١٠-تتبادل المشاركات وجهات النظر إزاء ملاحظة المرشد٠

١١-يوزع المرشد على المشاركات نموذجا للتدريب على تمييز عناصر اللوم والثبات والعمومية من خلال مواقف مقترحة مستوحاه من التفاعل اليومي بين الزوجين, وقد تكون المواقف مشابهة للمواقف التالية:

الموقف الاول

دعيت أنا وبناتي لحفل زفاف, وفي يوم الحفلة رفض زوجي أن تذهب ابنتي الكبرى للحفلة, وقال لي:" إنت السبب٠٠ والحق عليكي) فقلت: كيف؟! قال:" لإنها مو محجبة, وما عرفت تحجبيها٠٠؟ إنت الام ودايما الحق على الام"٠ فقلت له: : إنت الاب وإنت المسؤول لانها رفضت٠٠ وأنا أخبرتك بالماضي ولم تفعل شيئا٠٠:

الموقف الثاني

منذ فترة ليست بالقصيرة, كانت أبنتي لم تبلغ من العمر سوى أربع سنوات, دخلت غرفتها وأغلقت الباب بالمفتاح, وبعدها أخذت بالبكاء, وطلبت منها أن تحاول فتح الباب باستخدام المفتاح لكن لم تستطع, وكل محاولاتي معها باءت بالفشل, فاتصلت بوالدها وكان مشغولا ولم يجب على التلفون, فأستعنت بالجارة, وأخيرا أخرجنا البنت من الغرفة٠وحاولت بعدها الاتصال بزوجي مرارا وتكرارا حتى شعرت بالاحباط والانزعاج, ولكن بعد عودته قلت له: بالحرف الواحد: " أنا كل ما أحتاج إلك لا أجدك بجانبي٠٠" وحاول النفي وشرح موقفه, لكن دون جدوى٠

- **إطلاق الحكم: إتهام الام بأنها السبب في عدم إرتداء الابنة للحجاب٠**
- **تميز الحكم بالثبات والعمومية: إنت الام(الثبات في القاء اللوم) ودائما الحق على الام(العمومية)**
- **(الام): إنت الاب وإنت المسؤول٠(العمومية)**

١٣-يستفسر المرشد عن آلية الثبات في الحكم الذي أطلقه الزوج على زوجته, ويلخص مداخلات المشاركات:

	معنى الثبات في التفسير • **الثبات في أنّ الحقّ على الام دائما٠** • **الثبات في أن السبب في عدم تحجيب البنت يعود الى الام٠** • **الثبات في إعتقاد الزوجة بأن الاب هو دائما المسؤول٠** • **الثبات في إعتقاد الزوجة بأن زوجها لم يعمل شيئا إزاء عدم إرتداء إبنته للحجاب٠**	

	معنى العمومية في التفسير ويكون بشكل عام وغير محدد • **الزوج: الحق دائما على الام٠** • **الزوجة: *المسؤولية دائما تقع على الرجل٠** • ***أخبرتك بالماضي ولم تعمل شيئا(ربما يكون الزوج قد قام ببعض المحاولات لكنها لم تنجح, وإتهمته زوجته بشكل عام بأنه لم يعمل شيئا٠**	

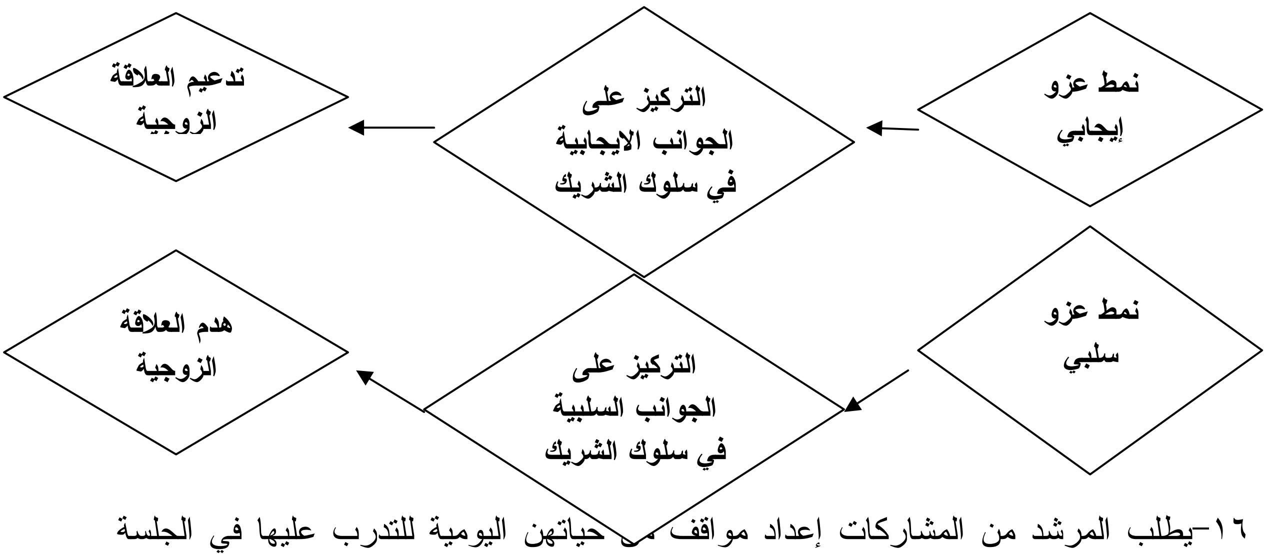
١٣-تناقش المشاركات تأثير تبادل الاتهامات بين الزوجين على علاقتهما الزوجية, وتلخص مشاركة ما تتوصل اليه زميلاتها:

- **التباعد بين الزوجين.**
- **كلما تكرر التباعد كلما زادت حدة الخلافات المعلنة وغير المعلنة.**
- **فقدان الثقة.**
- **الاحساس بالتهديد وبأن الطرف الأخر يتصيد الأخطاء لشريك حياته.**
- **جو منزلي يسود فيه التوتر بشكل عام.**

١٤- يعقب المرشد:"بأن نمط العزو(التفسير) يعرف بإصطلاح:"المحافظ على الهموم الزوجية" Distressed maintaining, Holzworth and Jacobson(1985) . وينهي ملاحظته بطرح سؤال عن مصادر تكوين نمط العزو بين الزوجين, وتلخص مشاركة ما تتوصل اليه زميلاتها:

مصادر تكوين نمط العزو
• **خبرة الزوجين**
• **الخبرة الفردية لكل منهما.**
• **طبيعة الموقف.**

١٥-يلفت المرشد إنتباه المشاركات إلى أن نمط العزو له علاقة بالتركيز على نمط السلوك لدى كل من الزوجة والزوج. ويظهر على شاشة العرض المخطط التالي حيث تقوم مشاركة بقراءته:



١٦-يطلب المرشد من المشاركات إعداد مواقف من حياتهن اليومية للتدرب عليها في الجلسة التالية عن العزو.

الجلسةالرابعةعشر :العزو(٢)
Attribution

الهدف: التعرف على أثرالتفسيرات الخاطئة بين الزوجين٠

الاستراتيجيات: الحوار, تحليل مواقف, تمثيل أدوار

الاجراءات:

١-تغذية راجعة عن الجلسة السابقة٠وإنعاش ذاكرة المشاركات بأبرز الافكار التي طرحت عن العزو٠, على النحو التالي:

- **(العزو): استنتاج أولي يلجأ اليه الزوجان لتفسير أحدهما لتصرف آلاخر اثناء حدوث الموقف٠**
- **ميل الزوجين للقيام بتفسيرات ثابتة وعامة إزاء المواقف التي تعترض حياتهما الزوجية٠ من خلال عملية إلقاء اللوم على الطرف الاخر كمتسبب في حدوث المشاكل الزوجية٠**

٠ Epstein, et al.(as cited in Halford and Markman,1997).p 418

- **(تغيير الادراكات الفردية): من خلال تغيير نمط التفكير الفردي٠**
- **التقبل, علما بأن التقبل لا يعنى الموافقة وإنما الاعتراف بحق الآخر في إمتلاك وجهة نظر مغايرة لما لدي٠**

٣- يراجع المرشد مع المشاركات المواقف التي تم إعدادها, ويتم إختيار أحدها,كما يلي:

تأخر عصام عن العودة الى المنزل بسبب إضطراره للإستجابة لطلب مديره بإعداد بعض البيانات لاجتماع هام يعقد في الشركة في اليوم التالي٠كان عصام قد وعد زوجته رغد بدعوتها للعشاء خارج المنزل, ونسي أن يتصل بها ليعتذر عن موعد العشاء٠ وعندما إتصلت به لتسأله عن سبب تأخره, أخبرها بما حدث, لكنها لم تشأ ألاستماع اليه بل قالت: شايف أنه معي حق أقول إنك ما بتهتم في٠٠ كم مرة عملتها وطنشتني٠٠وعندما عاد عصام من العمل متأخرا كانت رغد تنتظره وهي تستعيد في ذاكرتها عدد المرات التي خذلها عصام, مما يزيد من حدة غضبها، وأخذت تلومه على تدهور علاقتهما معا وأنه السبب في كل ما يحصل٠

٣-يبين المرشد أهمية تمثيل الدور, وهو للتعرف على الجوانب المختلفة في عملية العزو, وتأثيرها على العلاقة الزوجية من خلال الوعي بالأفكار التلقائية التي تتمثل في تفسيرالزوجة لسلوك زوجها٠

٤-تقوم المشاركات بتقسيم الموقف الى عدد من الفقرات, وتقرأ مشاركة المشهد بصوت مرتفع, ثم يطلب من كل مجموعة مناقشة نفس المشهد بهدف تعميق الإحساس بمشاعر الزوجة كما تبدو من خلال المشهد٠

٥-يبدأ المشهد بالزوجة وهي تتصل بزوجها في العمل وتسأله عن سبب تأخيره, ويدور الحوار بينهما على النحو التالي:

رغد: ألو عصام٠٠ وينك٠٠
عصام معتذرا: اه٠٠ اسف والله يا رغد, المدير عنده إجتماع بكره, وطلب مني أحضر له بعض الاوراق٠
رغد: شو اللي بتقوله٠٠ ما لقي المدير الا إنت٠٠ واليوم بالذات٠٠
عصام: هذا اللى سار٠٠ أنا اسف والله إنسيت أتصل وأخبرك٠٠
رغد: هذه عادتك يا عصام ٠ يعني هيّ أوّل مرّة بتعملها فيّ٠
عصام: يعني شو بدّك إياني أعمل٠٠ أقوله لأ عشان يحط واحد ثاني بدالي٠٠
رغد: لا ما في داعي٠٠ هو أبدا منّي٠٠٠
عصام: بس آجي بنحكي٠٠ خليني أخلّص اللى بين أيديّ!
رغد: شايف يا عصام أنه معي حق لما أقول أنك ما بتهتم في٠٠هاي مش أول بتنسى إلّلي بنتفق عليه٠٠٠٠
تغلق رغد السماعة في وجه عصام, وتجلس على الكنبة: وهي تحدث نفسها:" والله لأفرجيه٠٠ هيك بيعمل في٠٠ بعد ما حضرت حالي٠٠تبدأ في خلع ملابس الخروج التي كانت ترتديها٠٠ وتلقي بها على السرير٠٠ وهي تتمتم بمرارة وغضب:" وبيقول أنه أنا السبب في المشاكل٠٠ خليه يشوف شو بدي اعمل فيه بس يرجع"

٦-يوضح المرشد أدوار المشاركات كالتالي:

- **يتم إختيار مشاركتان لتمثيل الدور٠**

- **تقسم باقي المشاركات الى مجموعتين مهمتها ملاحظة وتسجيل الحكم الذي تصدره الزوجة على زوجها٠ وقد يكون ذلك على النحو التالي:**
- **المجموعة رقم (١) تركزأثناء تمثيل الدور على عنصر الثبات في تفسير سلوك الزوجة وتسجل الملاحظات الخاصة بثبات التفسير٠**
- **المجموعة رقم (٢) تركز على عنصر العمومية (بشكل عام وغير محدد) وتسجل الملاحظات الخاصة بالعمومية٠**
- **مناقشة الملاحظات٠**
- **تقوم مشاركتان غير المشاركتين التين قامتا بتمثيل الدور أول مرة, بتمثيل الادوار ثانية بأفكاروتفسيرات مغايرة لا تؤدي الى النتيجة السلبية في التفاعل بين الزوجين, كما حدث في تمثيل الدور أول مرة, وذلك لإعطاء الجميع فرصة ملاحظة أهمية العزو الإيجابي في تحسين العلاقة بين الزوجين٠**

٧- تعطي المشاركات تغذية راجعة حول آداء زميلاتهن, وتتم مناقشة الملاحظات التي كتبنها على النحو التالي:

	مجموعة(١) الثبات في التفسير	مجموعة (٢)العمومية في التفسير
١	إصرار الزوجة في أنها على حق فيما تعتقده بزوجها من حيث عدم إهتمامه بها٠	"شايف أنه معي حق أقول أنك مابتهتم فيّ" حيث أطلقت الزوجة حكما على كل مواقف حياتهما الزوجية, دون أن تحدد مواقف معينة٠
٢	ثبات الزوجة في إستعادة خبرتها مع زوجها٠	
٣	ثبات الزوجة في اصرارها على القيام بعملية التذكر بحد ذاتها٠	
٤	ثبات الزوجة من حيث مبالغتها في حدة الغضب٠	اتهام الزوج بأنه السبب في كل ما يحصل بينهما٠ وتحميله المسؤولية عن كل ما يحصل, دون تحديد٠
٥	ثبات الزوجة في تكرار سلوك تذكيرها لزوجها بعدد المرات التي لم يف بوعده لها٠	
٦	الثبات في إلقاء اللوم عليه وإتهامه كمسبب في تدهور علاقتهما معا٠	

١٠-يتم تمثيل الدور ثانية بتفسيرات مغايرة لما حدث في المرة الاولى٠ وقد تقوم المشاركات بإقتراح بعض التفسيرات الجديدة, أو أن يترك الامر لمن تقوم بتمثيل الدور لإستخدام تفسيرات مغايرة, وقد يكون ذلك على النحو التالي:

رغد: ألو عصام٠٠ وينك٠٠

عصام معتذرا: اه٠٠ اسف والله يا رغد٠٠ المدير عند إجتماع بكره وطلب مني أحضر له بعض الاوراق٠
رغد: شو اللي بتقوله٠٠ ما لقي المدير الا اليوم٠٠ يا ريتك حكيتله أنه عندك مناسبة خاصة في البيت٠٠
عصام: والله حاولت يا رغد٠٠ لكنه كان مصر٠
رغد: طيب ولا يهمك٠٠ ممكن أحضر اشي سريع ونتعشى بالدار بس ترجع٠٠
عصام: الله يخليكي يا رغد٠٠ أنا بعرف أنك راح تفهمي الموقف٠٠ أنا أسف مره ثانية٠٠
رغد: ولا يهمك ٠٠بس حاول ما تتأخر٠٠يالله باي باي, أرجع خلص اللى بين أيدي٠
عصام(بعد أن تنتهي المكالمة):الله يخليكي يا رغد٠ أنا عارف إنك دايما معي٠٠
رغد تحدث نفسها (الله يعينك يا عصام على هالمدير٠٠) وتتجه الى غرفة النوم لتغيير ملابس الخروج٠

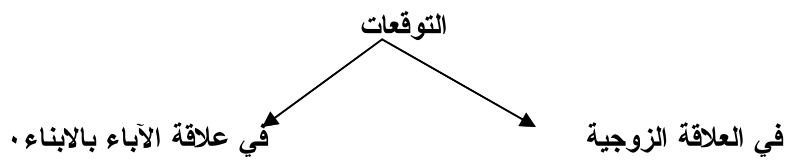
١١-تقدم المشاركات تغذية راجعة إزاء التغير في أفكار الزوجين خلال المشهدين, وفي نهاية الجلسة, يطلب المرشد من المشاركات كواجب منزلي, مراقبة ما يحدث في واقع الحياة الزوجية لكل منهن, وتسجيل الملاحظات إزاء المرات التي يحدث فيها عزو سلبي بين الزوجين, وتأثير ذلك على الموقف بينهما ٠

الجلسة الخامسة عشر:التوقعات في العلاقة الزوجية ومع الأبناء(١) Expectancies
الهدف:تحسين العلاقة الزوجية والعلاقة مع الأبناء
الاستراتيجيات: الحوار, تقديم المعلومات٠

الاجراءات:

١-تغذية راجعة عن الجلسة السابقة٠

٢-تقديم موضوع الجلسة عن التوقعات, وقد يكون ذلك كما يلي:

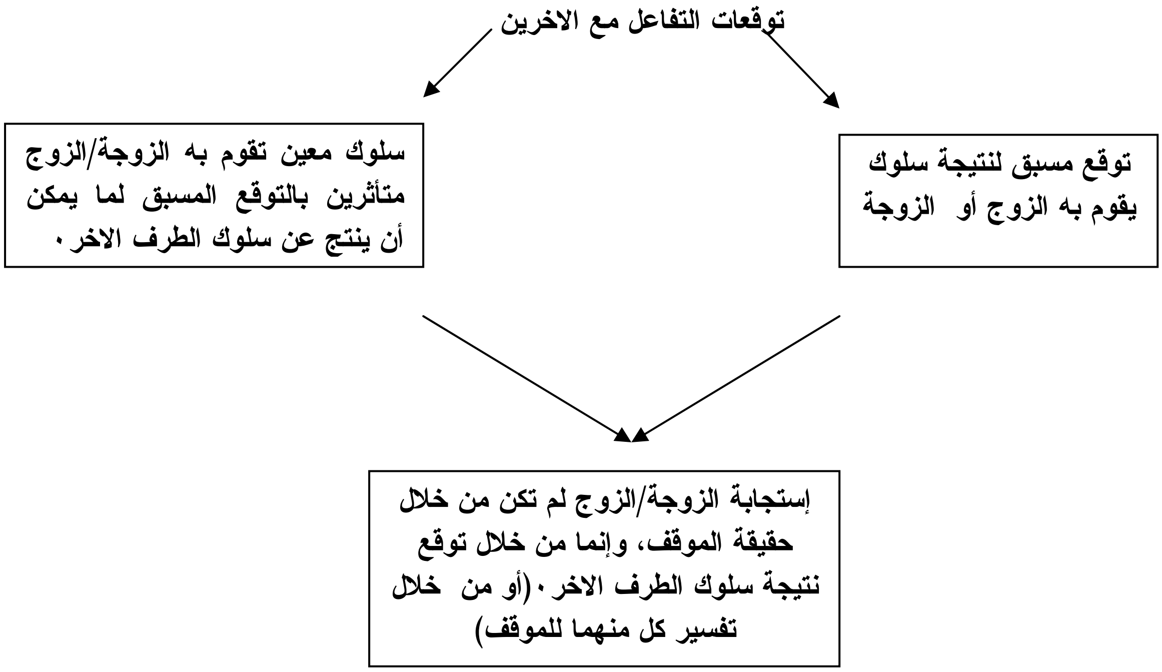


-تناقش المشاركات التوقعات كمفهوم عام في العلاقات بين الناس, ثم يتم التركيز على التوقعات في العلاقة الزوجية ومع الأبناء٠

٤-ينوه المرشد الى أن جلسة اليوم سيتم التركيز فيها بشكل كبير على التوقعات في العلاقة الزوجية, وفي الجلسة التالية من التوقعات, سيتم التركيز فيها على توقعات الآباء من الابناء٠

٥-يلخص المرشد ما تتوصل اليه المشاركات في النقاش حول التوقعات في العلاقة الزوجية الى نوعين من التوقعات: (Epstein, et al.(as cited in Halford and Markman,1997 , ويعطي المرشد مثالاعلى كل منها للتوضيح, على النحو التالي:

أولا: توقعات مرتبطة بالتفاعل مع الاخرين ويبينها الشكل التالي:



(مثال) عندما يتوقع الزوج أن يكون رد فعل زوجته إذا عبر عن إستيائه من كثرة مصاريفها (أن تغضب أوأن تتهمه بالبخل), فإنه يلتزم سلوك الصمت خوفا من ثورتها, وإتهامها له بالبخل٠

ثانيا: توقعات الفعالية Efficacy expectancies حيث أن أحد الزوجين أو كلاهما يعتقد أن تكون لديه القدرة على التعامل بكفاءة مع المواقف المختلفة التي يواجهانها في علاقتهما معا٠

(مثال) إعتقاد الزوجة بقدرتها على إطاعة زوجها بكل ما يريده, حيث أن ذلك سيغيرسلوكه المسيئ إليها٠

٦-يظهر المرشد على شاشة العرض الملاحظات التالية, وتقرأه مشاركة, وتناقشها زميلاتها٠

- **يرتبط توقع الفعالية إيجابيا بالرضا الزواجي, إضافة الى وجود علاقة إرتباط مع عوامل أخرى تسهم في إرتفاع مستوى الرضا بين الزوجين٠**
- **إذا إستندت التوقعات على ملاحظات دقيقة وصحيحة, فإنها تسهم بتكوين علاقة سلسة بين الزوجين, ويمتزج سلوكهما بحيث ينتج سلوكيات مشتركة تؤدي الى حالة الرضا عن علاقتهما الزوجية وما يترتب عليها٠**
- **عندما تبنى التوقعات على معلومات غير صحيحة وأفتراضات خاطئة, تكون حينئذ بمثابة استجابات لاتكيفية للمواقف بين الزوجين٠**

٧-تقوم المشاركات بالاتفاق على موقفين, أحدهما يمثل توقعات التفاعل مع الاخرين, والاخر يمثل توقعات الفعالية٠

٨- تقرأ مشاركة بعض العبارات على شاشة العرض, وينوه المرشد إلى ضرورة التنبه لها عند مناقشة المواقف التي تم إختيارها, وفي مواقف التعامل مع الازواج

١- التركيز على سلوك ومشاعر الزوجين
٢- التركيز على تبادل الزوجين لدوري المستمع والمتحدث أثناء جلسة التعبير عن المشاعر٠
٣- تشجيع توفرالجو المن حيث يساعد الزوجان على الافصاح عما يشعران ويفكران به,إزاء المواقف التي تشير الى وجود توقعات مسبقة لدى كليها أو أي منهما٠
٤- حرص الزوجين على إستخدام عبارات لا تحمل معنى توجيه اللوم أو الاتهام, بل تركز على وصف الافكار والمشاعر٠

٩-تناقش المواقف, وتصنف المشاركات نوعي التوقعات, كما هو الحال في امثلة المرشد عن توقعات التفاعل مع الاخرين وتوقعات الفعالية٠

١٠-تناقش المشاركات نتائج هذه التوقعات على العلاقة الزوجية كما حدث في جلسات البرنامج السابقة٠

٩- تصنف المشاركات نوعي التوقعات ونتائجها على العلاقة الزوجية من خلال المواقف المتوفرة كما حدث في جلسات البرنامج السابقة٠٠

١٠- يعيد المرشد تذكير المشاركات بموضوع الجلسة التالية عن توقعات الآباء من الأبناء, ويطلب منهن كتابة بعض المواقف التي تتكرر بين الآباء والأبناء ليتم التدريب عليها من خلال استراتيجية تعرف باسم التخيل الموجّه٠

١١- في نهاية الجلسة, يذكر المرشد المشاركات بموضوع الجلسات الثلاثة قبل الجلسة الاخيرة من البرنامج المخصصة لموضوع تتفق على أهميتة المشاركات, حيث يطلب المرشد إبلاغة بالموضوع في الجلسة التالية٠

الجلسة السادسة عشر :التوقعات في العلاقة مع الأبناء(٢) Expectancies

الهدف تحسين العلاقة مع الأبناء

الاستراتيجيات: الحوار, تقديم المعلومات, التخيل الموجّه٠ Guided Imagery

الاجراءات:

١- تغذية راجعة من المشاركات عن موضوع التوقعات بشكل عام٠

٢- تبلغ المشاركات المرشد عن موضوع الجلسات قبل الاخيرة والذي تم الاتفاق عليه بينهن,

٣- يظهر المرشد على شاشة العرض العبارة التالية, وتناقشها

تتمثل التوقعات في العلاقة مع الأبناء بوجود مجموعة أفكار وطموحات لدى الوالدين يسعون الى تحقيقها من خلال أبنائهم٠

٣-يلخص المرشد نتائج المناقشة على النحو التالي:

تقسم التوقعات من حيث النتائج السلوكية الى:

*توقعات إيجابية

*توقعات سلبية

٤-يذكر المرشد بأن التوقعات-كتشويه معرفي- تتدخل سلبا في العلاقات الزوجية, وتكون مصدرا للضغوطات النفسية والهموم الزواجية٠ من هنا تأتي ضرورة التعرف على أساليب تساعد في تخفيف حدة القلق والتوتر والضغط النفسي المصاحب للعلاقات مع الأبناء, وبين المتزوجين، وسيتم إستخدام إستراتيجية تسمى التخيل الموجه: Guided Imagery، حيث من

خلالها يمكن تصور مواقف حقيقية بين الآباء والأبناء, وبين المتزوجين، تسبب مشاعر القلــق، والاحباط والتوتر لهم٠ وتبدو عملية التخيل الموجه Guided Imagery وسيلة لتخفيف حدة مثــل هذه المشاعر, حيث تساعد على إلاسترخاء, وتجميع الأفكار من أجل التعامل مع الموقف الــذي نواجهه بطريقة أكثر أيجابية٠

٥-تختار المشاركات موقفا من بين المواقف التي وضعنها, ويتكرر حدوثها بين الآباء والأبناء٠

٦-يجري المرشد إختبارا للتعرف على قدرة المشاركات على التخيــل، ويــشرح للمــشاركات خطوات الاختبار, على النحو التالي:

تجيب كل مشاركة عن عدد من الاسئلة البسيطة، حول مشاهد معينة يطلب منها تخيلها، وسوف يكون مقياس التخيل كما يلي: واضح جدا(٤) واضح بشكل متوسط(٣) واضح بشكل ضعيف (٢) غير واضــح (١) غيــر واضح على الاطلاق(٠) وستقوم كل مشاركة بجمع الدرجات التي تحصلها على المقياس فاذا كانت الدرجــة ٦٠ فما فوق فان المقدرة على التخيل ستكون قوية، واذا كانت الدرجة ٣٠ فما دون فان هــذا يــشير الــى الحاجة الى مزيد من التمرين٠(Interviewing and change,2003,p358)

٧-يتأكد المرشد من أن المشاركات قد عرفن خطوات تدرج المقياس٠

٨-يبدأ المرشد إجراءات الاختبار وقد يقول:

" سوف تغمض كل منكن عينيها، وسأقوم بذكر عبارة معينة، ثم تضعين الرقم الذي تشعرين من خلاله بمدى وضوح الصورة في ذهنك٠

٩- يبدأ المرشد في ذكر العبارات٠, حيث يطلب من المشاركات التفكيــر بــصديقة أو قريبــة, ويتأكد أن الفكرة قد وصلت الى جميع المشاركات , ثم يستمر في قراءة الفقرات التالية علــيهن على النحو التالي:

الرقم	العبارة	الدرجة
١	**أنظري إليها وهي تقف أمامك**	
٢	**تخيلي أنها تضحك**	
٣	**تخيلي لون عينيها**	
٤	**تخيلي أن أمامك صحنا من الفاكهة**	
٥	**تخيلي أنك تسوقين سيارتك في مكان جاف ومغبر**	
٦	**أنظري ألى نفسك وكأنك ترمين الكرة**	
٧	**تخيلي بيتك وانت طفلة**	
٨	**أنظري إلى شاطئ أبيض ورملي**	
٩	**تخيلي نفسك تنظرين الى واجهة محل**	
١٠	**أنظري الى شاشة تلفاز بلا صورة**	

١١	تخيلي صوت كلب ينبح	
١٢	تخيلي صوت فرقعة ألعاب نارية	
١٣	أشعري بدفئ حمام ساخن	
١٤	تخيلي بأنك تشعرين بملمس ورق الزجاج الخشن	
١٥	تصوري نفسك ترفعين شيئا ثقيلا	
١٦	تخيلي نفسك تصعدين درجا عاليا	
١٧	تخيلي طعم عصير الليمون	
١٨	فكري بأنك تأكلين البوظة	
١٩	تخيلي رائحة الملفوف المطبوخ	
٢٠	تخيلي نفسك تشمين وردة	

تجمع كل مشاركة الدرجات التي حصلت عليها, ويتم إختيار المشاركة التي حصلت على أعلى درجة على المقياس.

١٠-يتم إختيار أحد المواقف التي تتدخل فيها توقعات الآباء من الابناء وتؤثر على العلاقة بينهما. وقد يكون الموقف شبيها بالموقف التالي:

(المشهد)عن التخيل الموجه

- **يأتي مهند بشهادة نصف السنة فيريها لوالدته، ولم تكن علاماته كما هو متوقع، تغضب الام، وتقول: لا أدري ما سأقوله لوالدك، لقد أمضيت معظم وقتك وانت تشاهد التلفاز ولم تكن تدرس, وقد كان لدى أمل في أن تكون درجاتك أفضل, لكن ماذا يمكن أن أتوقع منك؟ يحتد الموقف بين الام والابن، ويخرج الابن غاضبا من البيت، في الوقت الذي كانت أمه تصرخ في وجهه.**

-يوجه المرشد المشاركات الى التركيز على تفاصيل أكثر في المشهد. وتناقش المشاركات هذه التفاصيل, الى أن يصبح المشهد قابلا للتمثيل على النحو التالي:

- **مهند في الصف العاشر، يرتدي بنطلون جينز ساحل، ويضع على رأسه (الجل)ليوقف شعر رأسه على شكل عرف الديك.**
- **يبدو مهند مترددا وهو يحمل الشهادة ويريد أن يريها لوالدته.**
- **يأتي مهند لامه وهي ترتدي مريول المطبخ وتحضر طعام الغداء. وبيدها ملعقة الطبخ.**
- **بمجرد أن يري مهند الشهادة لامه، تبدو عليها الصدمة، فتسقط ملعقة الطهي على الارض.**
- **تقول الام: بغضب: مش عارفة شو بدي أقول لابوك.. وين أودي وجهي من أولاد عمك اللى بيراقبوا كل إشي بيسير عنّا.**
- **يقاطع مهند أمه : إولاد عمي.. إولاد عمي.. يلعن اليوم اللى كان الي فيه أولاد عم..**

- تقاطعه أمه قبل أن يكمل:"إنت ما بتدرس ٠٠ كل وقتك بتمضيه قدام التلفزيون٠٠ وهاي النتيجة اللى كنت أتوقعها الك٠٠ بيكفيش أبوك بيتهمني إني بدلعك وبيقول هاي نتيجة دلع أولادك٠٠
- يمسك مهند بالشهادة٠ ،يجعلكها٠٠ ويرميها على الارض ، وقبل أن يخرج يرتطم وجهه بحافة الباب، لا يكترث لذلك، يواصل المشي وهو يقول:
- " خللي البيت إلكم٠٠ مش راح تشوفي وجهي من يوم وطالع٠٠
- تجلس الام على كرس أمام طاولة المطبخ وتغمض عينيها وتبكي٠٠
- تتقدم المشاركة التي تم إختيارها لتمثيل المشهد، وتجلس على كرسي مريح٠
- المرشد للمشاركة: انت الان في المطبخ ، تعدين طعام الغداء لعائلتك٠٠ هل أنت كذلك الان؟
- المشاركة: نعم٠٠
- يدخل مهند
- يسأل المرشد فيما إذا كانت المشاركة تراه٠
- المشاركة: أجل
- يستفسر المرشد عن ملامح وجه مهند, فتقول المشاركة: يبدو وجهه على غير المعتاد٠٠
- المرشد: يناولك ورقة بيضاء٠٠
- المشاركة: نعم٠٠
- المرشد: الورقة البيضاء هي شهادته المدرسية٠٠
- المشاركة: نعم٠٠(تكمل) أنا أنظر إلى علاماته٠٠
- المرشد٠٠هذا رائع٠٠ لقد بدأت تعيشين المشهد٠٠ كيف تبدو علاماته؟
- المشاركة: غير جيدة على الاطلاق٠٠وعلاماته متدنية في كثير من المواضيع٠٠
- المرشد: حسنا٠٠ هذا جيد٠٠ ما هو شعورك الان وانت تنظرين الى الشهادة؟(طرح أسئلة حول المشاعر والافكار)
- المشاركة: الصدمة٠٠الغضب٠٠خيبة الامل٠٠
- المرشد: ماذا تقولين له؟
- المشاركة: مش عارفة شو بدي أقول لابوك٠٠ وين أودي وجهي من أولاد عمك اللى كلهم بيجيبوا الاوائل٠
- المرشد: هل ترين أولاد عمه في الصورة؟
- المشاركة: أجل٠٠ وأرى أمهم وهي فرحة وتتباهي بأولادها أمامي٠٠
- المرشد: ما هو شعورك بهذه اللحظة؟
- المشاركة: أشعر بالغيظ منها ومن أولادها٠٠
- المرشد: هل شعورك هذا مرتبط بشعورك بالاحباط وأنت ترين شهادة مهند؟
- المشاركة: أجل٠٠

- المرشد: ماذا يفعل مهند عندما ذكرتيه بأولاد عمه؟
- المشاركة: أراه يقاطع كلامي وها هو يقول: إولاد عمي٠٠ إولاد عمي٠٠ يلعن اليوم اللى كان الي فيه أولاد عم٠٠
- المرشد: ما هي مشاعرك وانت بتشوفيه زعلان من مقارنته بأولاك عمه؟
- المشاركة: مع أني زعلانه من الشهادة٠بس هيك٠٠ بشعر بالذنب لإني توقعت يكون زي أولاد عمه٠
- المرشد: هذا رائع٠٠بدأت مشاعرك تبدو واضحة لك٠٠
- المشاركة: نعم٠٠
- المرشد: وبعدين ماذا حدث بعد ذلك؟:
- المشاركة: مع أنه هذا شعوري٠٠ لكني أقاطعه الحديث وانا بقوله: " "إنت ما بتدرس ٠٠ كل وقتك بتمضيه قدام التلفزيون٠٠ وهاي النتيجةالمتوقعة٠ بيكفيش أبوك بيتهمني إني بدلعك وبيقول هاي نتيجة دلع أولادك٠٠٠
- المرشد: أنت شايفة أبو مهند وهو يتهمك بتدليعه؟
- المشاركة: آه٠٠
- المرشد: شو بتحكيله رد على إتهامه الك؟
- المشاركة: أساله باستغراب: تدليعي وإلا تدليعك٠٠؟
- المرشد: شو رده عليكي٠٠؟
- المشاركة: بصرخ وبقول: بس شاطرة بطلباتك٠٠ أما أنك تديري بالك على الاولاد فهذا كلام فاضي٠٠
- المرشد: هذا جيد٠٠ كيف شعورك بهذه اللحظة؟
- المشاركة: بشعر أنه بتبلّى علي٠٠ وأنه كذاب٠٠ وأنه أنا لحالي المسؤولة عن تربية أولادي٠
- المرشد: حسنا٠٠ وين شايفه مهند الان؟
- المشاركة: شايفه مهند ماسك الشهادة ، وبيجعلك فيها٠٠ بيرميها على الارض٠٠ بيسير بإتجاه الباب٠٠أخ٠٠ بيخبط راسه بحفة الباب٠٠و
- المرشد: كيف شعورك لما شفتي إبنك بينخبط؟
- المشاركة: محتارة اركض ناحيته اشوف تأذى والا لأ٠٠٠ والأ أتركه يروح وين ما بده٠٠
- المرشد: وبعدين شو صار؟
- المشاركة: مهند لا يهتم بما حدث٠٠ بيظل ماشي لبرّه٠٠ سامعته بيقول٠٠
- المرشد: ماذا يقول؟
- المشاركة: خلّي الدار إلكم٠٠ مش راح تشوفي وجهي من يوم وطالع٠٠
- المرشد: شو عملت بعدين؟
- المشاركة: جلست على طاولة المطبخ وصرت أعيّط٠٠

- **يطلب المرشد من المشاركة فتح عينيها، ويطلب منها أن تخبر بقية المشاركات عن تخيلها للمشهد وأن تستخدم تعبيرها الخاص للتحدث عما كانت تراه وتشعر به أثناء التمرين. (تحدث المشاركة عن المشهد بكلماتها الخاصة)**
- **يطرح المرشد على المشاركة الاسئلة لمعرفة بعض التفاصيل عما كانت تراه أثناء تخيل الموقف.**
- **يقول المرشد: للمشاركة: سوف أعيد معك تخيل مشهد مهند وهو يخبط رأسه بحافة الباب.**
- **أثناء إعادة المشهد: يسأل المرشد المشاركة عن مشاعرها' وقد يسألها:**
- **"ألا تلاحظين أن كلما أعدنا المشهد خفت حدة شعورك عما كنت تشعرين به أول مرة؟**
- **المشاركة: نوعا ما..**
- **يخبر المرشد المشاركات بضرورة إعادة المشهد أكثر من مرة.. الى أن تخف حدة الشعور، ويخف التوتر المصاحب للموقف.**
- **يعيد ألمرشد:مشهد تخيل الموقف مع بعض التغيير في ردود فعل المشاركات في المشهد.(إعادة المشهد مع بدائل سلوكية).**
- **تقترح المشاركات بدائل سلوكية للأم, فمثلا بدلا من أن تتوقع ام مهند أن تكون علامات إبنها كعلامات أبناء عمه. سوف تنظر إلى الشهادة وتحدد مع مهند أي المواضيع التي تبدو علاماته فيها أكثر تدنيا من الاخرى ويدور النقاش بينهما حول الاسباب. وأساليب التغلب على هذه المشكلة.**

١١-يعطي المرشد تعليماته للمشاركة إعادة المشهد من خلال التعديل الجديد.

١٢-يستمر المرشد مع المشاركة الى حين الانتهاء من كافة مشاهد الموقف.

١٣- يطلب المرشد من المشاركات التدرب على تخيل مواقف شبيهة, كواجب منزلي، وكتابة الملاحظات الخاصة حول هذه التجربة وإحضارها في الجلسة التالية. ويستلم المرشد من المشاركات المواضيع المقترحة للجلسات الثلاث الاخيرة من البرنامج.

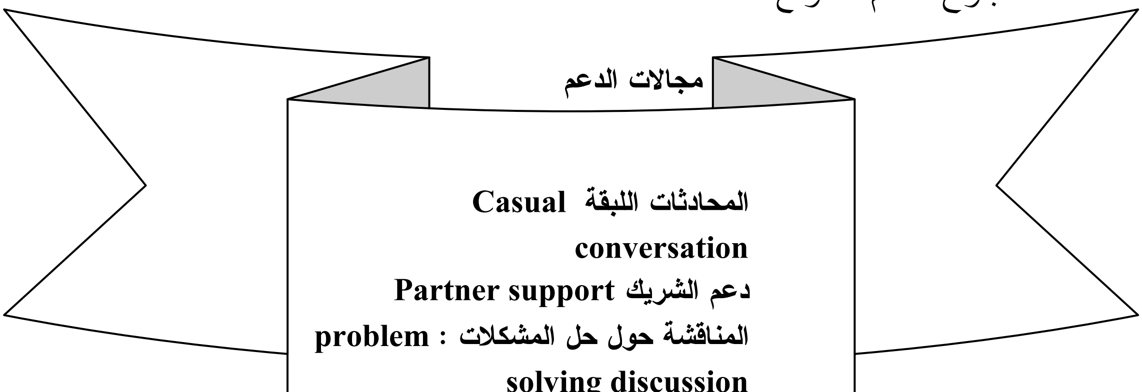
الجلسة السابعة عشر (المحادثات اللبقة) في الدعم المتبادل في العلاقة الزوجية أثناء التعامل مع سلوك الابناء (١) Partner support training(PST)
الهدف: تنمية مهارات التعامل بين الزوجين لما فيه مصلحة الابناء
الاستراتيجيات:الحوار, العصف الذهني, تمثيل الادوار٠٠

الاجراءات:

تغذية راجعة عن الجلسة السابقة٠

١-تبدأ الجلسة بالاشارة الى أن موضوع الجلسة الحالية والجلستين التاليتين أعدت من خلال ما تم إقتراحه من قبل المشاركات حول تنمية مهارات التعامل مع الأبناء٠وينوه المرشد الى أن البرنامج الارشادي, يعتمد إطارا نظريا يرتكز على العلاج السلوكي المعرفي لتنمية العلاقة بين الزوجين بشكل خاص, وما يترتب عليه من تحسن في العلاقة مع الابناء٠ وستركز هذه الجلسات على الكيفية التي يساند بها الزوجان بعضهما البعض في التعامل مع سلوك الابناء٠

٢-تناقش المشاركات أهمية الدعم بين الزوجين في التعامل مع سلوكيات الابناء٠يلخص المرشد النقاش حول الدعم المتبادل بين الزوجين, حيث يكون في ثلاث مجالات, لكل منها استراتيجياته الخاصة بنوع الدعم المتوقع:



٣-ينوه المرشد الى أن مجالات الدعم الثلاث سيتم بحثها في ثلاث جلسات, حيث ستركز,

٣-يذكر المرشد أن الجلسة الحالية ستكون عن المحادثات اللبقة, أما بقية مجالات الدعم فسيتم مناقشتها في الجلستين التاليتين٠

٤-تناقش المشاركات الاهداف التي تحققها الاحاديث اللبقة بين الزوجين, ويلخصها المرشد على النحو التالي:

- **أهداف المحادثات اللبقة بين الزوجين**
- **الحصول على تغذية راجعة بناءة لعمليات التفاعل بين الآباء والابناء.**
- **حل الاختلاف في وجهات النظر إزاء الامور المرتبطة بدورنا كوالدين.**
- **إعطاء الوالدين فرصة تقديم الدعم المتبادل بينهما من خلال تبادل الافكار والمشاعر المختلفة إزاء ما يحدث.**
- **تنمية المقدرة في إختيار التوقف عن المحادثة إذا شعر أي من الزوجين أو كلاهما بعدم الارتياح, والإتفاق على موعد أخر للمحادثة.**
- (Sanders and Dadds,1996)

٥- تقترح المشاركات عددا من المواقف التي يمكن أن تحدث أثناء غياب أحد الزوجين, ويتم إختيار واحد منها وقد يكون الموقف التالي:

تشعر الام بالإستياء لأنها لم تستطع منع إبنها المراهق من الخروج مع أصدقائه, علما بأن لديه إمتحان في مادة الكيمياء في اليوم التالي. وقد حصلت مشادة كلامية بينهما.

٦- يعرض المرشد خطوات المحادثة اللبقة, على النحو التالي:

خطوات المحادثة اللبقة

- **الاستفسار من شريك الحياة عن يومه, الاصغاء وإظهار الاهتمام.**
- **الاستفسار عن سلوك الابناء أثناء غيابك/ي**
- **إذا لم يكن هناك أي مشكلة في سلوك الابناء, الاستفسارعما كانوا يفعلون, إعطاء تغذية راجعة إيجابية.**
- **إذا كان هناك مشكلة في سلوك الأبناء, يطلب الزوج/الزوجة أن يصف له الطرف الاخر ما حدث, مع إظهار الاصغاء بإهتمام.**
- **الاستفار عن الطريقة التي تم التعامل بها مع الموقف, مع الاستمرار بإظهار الاهتمام.**
- **إبداء الرغبة في المساعدة لتجنب حدوث المشكلة فيما بعد.**
- **إذا وجد صعوبة في تعامل الشريك مع الموقف, إعطائه تغذية راجعة إيجابية إزاء أي خطوة أتخذها لمعالجة الموقف مهما كانت بسيطه.**
- **الاتفاق على وقت أخر لمناقشة المشكلة.** (Sanders and Dadds,1982)

كل مجموعة بإعداد مواقف تمثل بعض السلوكيات التي يواجهها الوالدين في التعامل مع الابناء,أثناء غياب أحدهما, ويتم إختيار وأحد منها, وقد يكون كالموقف التالي:

تشعر الام بالاستياء لانها لم تستطع منع ابنها المراهق من الخروج مع أصدقائه, علما بأن لديه إمتحان في مادة الكيمياء في اليوم التالي٠ وقد حصلت مشادة كلامية بينهما٠

٦-يتم إختيار مشاركتين لتمثيل الموقف, ينوه المرشد إلى انّ المشاركات سوف يبدأن من

٧-تضع المشاركات سيناريو للموقف مشابه لسيناريو الموقف في الجلسة السادسة من البرنامج, بحيث تقوم الزوجة بالتحدث الى زوجها عما حصل مع الابن بمجرد دخوله الى البيت, مما يسبب الضيق للزوج, ويؤدي الى القاء اللوم عليها, بحجة أنها لم تحسن تربية أبنائها, مما يزيد من شعور الزوجة بالاحباط, ويزداد الموقف توترا٠

٨-تضع المشاركات حوارا بديلا في ضوء خطوات المحادثة اللبقة, وقد يكون على النحو التالي:

- **الزوج: " شو عملت اليوم, إنشاءالله كل شي كان تمام٠٠؟(الاستفسار من شريك الحياة عن يومه)**
- **الزوجة وهي متجهمة بعض الشيئ: بتعرف٠٠ زي كل يوم٠**
- **الزوج: إنشاءالله الاولاد ما غلبوك٠٠(الاستفسار عن سلوك الابناء)**
- **الزوجة٠٠ والله ما حدا مغلبني غير محمود!٠**
- **الزوج: خير ٠٠قوليلي شو اللي صار بالضبط٠٠(وصف ما حدث مع إظهار الاهتمام)**
- **الزوجة: رجع من المدرسة ورمى شنتة الكتب٠٠ بعد ما إتغدى ما شفته الا بده يطلع يلعب مع اصحابه٠**
- **الزوج بإهتمام: وشو عملت معاه؟(الاستفسار عن طريقة التعامل مع الموقف مع إظهار الاهتمام)٠**
- **الزوجة: قلت له بكره عندك إمتحان٠٠ أدرس أول وبعدين إذا ظل معاك وقت بتطلع تلعب مع اصحابك**
- **بس ما رد عليّ٠٠ وطلع ولا إهتم٠٠**

- **الزوج: وشو عملت معاه؟**

- **الزوجة: إتصلت بأصحابه وقلت الهم ما تلعبوا مع محمود لانه عنده إمتحان بكره, فزعل محمود وصار يصيح٠٠ وانحرج لاني حكيت مع اصحابه٠٠ فرجع على الدار ومن أول ما رجع وهو مسكّر الغرفة عليه٠**

- **الزوج: مع أنه في احراج اله بهلعمر انك تحكي مع اصحابة لكن كويس انه رجع على الدار٠٠؟(إعطاء تغذية راجعة إيجابية حول جانب السلوك للزوجة التي جعلت الابن يعود الى المنزل) شو بدك إيّاني أعمل٠٠(إبداء الرغبة بالمساعدة) بدك أتدخل وإلا استنى لييجي هو يحكيلي٠بتعرفي انا شايفك لسة متضايقة٠ خلينا نحكي بالموضوع بس تهدي شويه(الاتفاق على وقت آخر لمناقشة حل المشكلة٠)**

- **الزوجة: زي ما بدك٠٠٠**

٩-تناقش المشاركات الفرق في نمط الحوار بين الزوجين خلال تمثيل الدور في كلا المرتين٠

١٠-يشكر المرشد المشاركات, ويطلب (كواجب منزلي) إعداد بعض المواقف لإستخدامها في الجلسة التالية من جلسات الدعم المتبادل بين الزوجين٠

الجلسة الثامنة عشر:"دعم الشريك" الدعم المتبادل في العلاقة الزوجية أثناء التعامل مع سلوك الابناء (٢) Partner support training(PST)
الهدف: تنمية مهارات التعامل بين الزوجين لما فيه مصلحة الأبناء.
الاستراتيجيات:الحوار,العصف الذهني, تمثيل الادوار.

الاجراءات:

١-تغذية راجعة من المشاركات للمرشد عن موضوع الجلسة السابقة.

٢-إسترجاع أهداف الدعم المتبادل بين الزوجين بخصوص التعامل مع سلوك الأبناء, وينوّه المرشد الى أن جلسة اليوم ستكون عن دعم أحد الزوجين لشريك حياته, أثناء تعامله مع الأبناء في موقف ما.

٣-تختار المشاركات موقفا من بين المواقف التي تم إعدادها كواجب منزلي من الجلسة السابقة, وقد يكون كالموقف التالي:

أعلنت نتائج التوجيهي, وعمت الفرحة جميع أفراد الاسرة حيث حصل ابنهم محمود على معدل ٨٦% , طلب محمود من والده أن يأخذ السيارة ليحضر أصدقائه ليشاركوه فرحة نجاحه, يرفض والده طلبه حيث يعلم أنه رغم إمتلاك محمود رخصة سياقة,الا أنه سياقته لا زالت ضعيفة, يغضب محمود ويحتد النقاش بينه وبين والده, يتكهرب جو البيت, خاصة مع إصرار محمود على أخذ السيارة وإصرار الاب على عدم إعطائها له.

٤-يوزع المرشد على المشاركات نموذجا لخطوات دعم الشريك, ويطلب منهن العمل عليه بشكل جماعي, وقد يكون النموذج على النحو التالي:

خطوات دعم الشريك

- Sanders and Dadds(1982)

١	**المحافظة على الهدوء والتحدث بصوت هادئ٠**
٢	**عدم التدخل إذا كان الزوج يتعامل مع أحد الابناء, لا تتقدمي في محاولة لإنقاذ الابن٠**
٣	**من يعطي التوجيهات للآبن(من الوالدين) عليه أن يتابع تنفيذها٠**
٤	**قدمي المساعد لشريك حياتك إذا بدأ أنه بحاجة اليها(مثلا أذا كان الزوج يتعامل مع أحد الابناء, فيمكنك تقديم المساعدة بالتعامل مع الابناء الاخرين٠**
٥	**تبادل المساندة, عدم إعطاء تعليمات مناقضة لما يعطيها الاخر٠**
٦	**تجنب التعليق على سلوك الشريك، لحين إنتهاء الموقف والشعور بالارتياح، عدم توجيه اللوم أو الانتقاد٠**
٧	**مناقشة ما حدث على إنفراد عند الانتهاء من المشكلة٠**

٥-تتفق المشاركات على سيناريو معين للموقف السابق٠ يعطي المرشد المجال لمشاركات اخريات لتمثيل الدور بتلقائية من خلال تصورهن لما يمكن أن يحدث في الموقف بين الزوجين٠

٦-تسجل المشاركات الاخريات الملاحظات حول إنفعالات وسلوك الزوجين أثناء الموقف٠

٧-تضع سيناريو آخر لتعامل الزوجين مع بعضهما في ضوء خطوات دعم الشريك السابقة٠ وقد تكون على النحو التالي:

محمود فرحا: اريد أن أخذ السيارة لألف على اصحابي وافرح معهم٠٠ **الاب: خلينا فرحانين اليوم, لا أريد ما يعكر صفو فرحتنا٠٠** **محمود: شو يعني٠٠** **الاب" يعني مش راح تأخذ السيارة٠٠ بخاف يسير اشي٠٠** **محمود: لا تخاف أنا بسوق كويس٠٠ وكمان معي رخصة٠٠** **الاب: برضة لسة سواقتك ضعيفة٠٠** **محمود ينظر الى أمه: سامعة شو بحكي بابا٠٠** **الام بهدوء: الموضوع بينك وبين ابوك٠٠ تفاهم معاه(المحافظة على الهدوء, وعدم التدخل إذا كان الزوج يتعامل مع الابن)٠** **يتابع محمود الجدال مع والده بخصوص السيارة, يرن جرس الهاتف, يكون المتحدث أحد أقرباء الزوج, تخبره الزوجة بأن ابا محمود لا يستطيع التحدث اليه في الوقت الحالي وتسأله إذا كان بأمكانها مساعدته في أي شيئ (تقديم المساعدة للزوج والاستفسار من المتصل عما يمكن أن تفعله له)٠** **محمود متوجها الى والدته: أرجوكي أقنعي بابا أنه يعطيني السيارة, فقط لمدة نصف ساعة٠** **الام: إن الامر بيد والدك٠٠ ما دام لا يريد إعطاءك السيارة فإنني لا أوافق على أن تأخذها٠!(مساندة الزوجين لبعضهما البعض وعدم إعطاء تعليمات مناقضة لما يعطيها الاخر وعدم التعليق على سلوك الزوج)** **يغادر محمود الى غرفته وهو يتمتم غاضبا ويهدد بأن يأخذها من وراء ظهر والده٠**

تقول الام للاب: أنت بتعرف أنه فرحان٠٠(مناقشة المشكلة على إنفراد)
الاب: خايف يعمل إلنا مشكلة٠٠ سواقته لسة ضعيفة٠٠
الام: شو رأيك لو طلعت معاه وراح جاب إصحابه٠٠
الاب: والله فكرة٠٠ شو رأيك تروحي تسأليه إذا بدّه أخذه يجيب إصحابه٠٠
الام: بتعرف ما بدي أدّخل بينك وبينه٠٠ أحسن تيجي منك٠٠ بعدين بنقعد مع بعض وبنتفق على كيف ممكن يأخذ السيارة شوية شوي حتى تقوى سواقته٠٠(تخصيص وقت للنقاش حول كيفية حل المشكلة٠)

٨-يطلب المرشد من بقية المشاركات كتابة الملاحظات حول انفعالات وردود أفعال الزوج أثناء استخدام الزوجة لخطوات دعم الشريك٠

٩- تناقش المشاركات الاختلاف في إنفعالات الزوجين, أثناء استخدام خطوات دعم الشريك٠

١٠- قبل إنهاء الجلسة, يطلب المرشد من المشاركات تجربة هذه الخطوات في موقف يواجهنه, وكتابة الملاحظات عن اثر استخدام خطوات دعم الشريك٠

الجلسة التاسعة عشر: المناقشة حول حل المشكلات٠الدعم المتبادل في العلاقة الزوجية أثناء التعامل مع سلوك الابناء (٣) Partner support training(PST)

الهدف: تنمية مهارات التعامل بين الزوجين لما فيه مصلحة الأبناء٠

الاستراتيجيات:الحوار, العصف الذهني, تمثيل الادوار٠

الاجراءات:

١-تغذية راجعة من المشاركات عن موضوع الجلسة السابقة من خلال الإستماع لتجربة المشاركات في تعامل الزوجين مع مشكلات الأبناء٠

٢-يتعرف المرشد على أفكار المشاركات عن موضوع الجلسة, الخاص بدعم الزوجين لبعضهما البعض في التعامل مع سلوك الأبناء٠

٣- يذكر المرشد المشاركات بالهدف الثاني من أهداف الدعم المتبادل بين الزوجين الخاص بحل الإختلاف في وجهات النظر إزاء الامور المرتبطة بدورنا كوالدين٠ويربط هذا الاختلاف بالافكار التلقائية والتشويهات المعرفية التي يحملها الزوجان, إزاء أمور الحياة المختلفة بما فيها تربية الأبناء، إذ قد تختلف معايير الزوجين فيما يتعلق بمفهوم تربية الأبناء٠يعيد المرشد إلى الأذهان نموذج تطور المعايير إزاء الحياة الزوجية والاسرية, والتي تم بحثها في جلسة المعايير من البرنامج الإرشادي٠ (الجلسات: ١١-١٢)

٤- يعرض المرشد هدف الجلسة على شاشة العرض ويكون كالتالي:

مناقشة الوالدين فيما يتعلق بالمشاكل التي يتعرض لها الابناء تهدف الى تكوين استراتيجية توحد أفكار واستراتيجيات التعامل بين الزوجين, من خلال الإحساس المشترك لديهما بالعناية بمصلحة الأبناء والعمل على ما فيه خيرا لهم٠

٥-العمل كمجموعات تختار كل منها موقفا معينا يكرره الابناء في سلوكهم ويكون بمثابة سلوك مشكل. تقوم مشاركة من كل مجموعة بعرض الموقف, ويتم إختيار واحد من بينها لتطبيق استراتيجيات المناقشة حول حل المشكلات. وقد يكون الموقف كالتالي:

بنان طالبة في العاشرة من العمر, لديها نشاط زائد وتتلفظ بكلمات نابية ضد زميلاتها. قامت مؤخرا بشتم زوجة عمها, مما جعل والدها يفقد أعصابه ويضربها, لكنه أحس بالذنب فيما بعد, وهو يستمع إلى إبنته تقول: إن زوجة عمها قد نعتتها بكلمات غير لائقة. يدرك الزوجان أن إبنتهما تعاني من مشكلة وهما يحاولان العمل على حلها.

٦-يعرض المرشد خطوات مناقشة حل المشكلات, وقد تكون على النحو التالي:

١- **الإتفاق على مكان وموعد مناسبين للتحدث عن المشكلة**
٢- **تحديد المشكلة وتسمية السلوك المرتبط بها**
٣- **تبادل الاراء إزاء الحلول التي تطرح لحل المشكلة**
٤- **مناقشة كل حل مع بيان سلبياته وإيجابياته**
٥- **إختيار أفضل الحلول**

٧-يوزع المرشد نموذجا للتدرب على استخدام خطوات مناقشة حل المشكلات,

٨-تقوم مشاركتان بتمثيل دور الام والاب الذين يناقشان مشكلة بنان,بإستخدام الخطوات المذكورة -كما حدث بلعب الدور في المحادثة اللبقة ودعم الشريك.وفي الاثناء تعمل بقية أفراد المجموعات على تسجيل ما تطبقة المشاركتان في تمثيل الدور على نموذج كالتالي:

تمرين مناقشة حل المشكلات

	خطوات مناقشة حل المشكلات	الاجراء
	الاتفاق على مكان وموعد مناسبين لمناقشة مشكلة بنان٠	يوم السبت, الساعة ١٠ صباحا عندما يذهب الاولاد الى بيت جدهم٠
	تحديد المشكلة وتسمية السلوك المرتبط بها٠	النشاط الزائد, مندفعة٠(السلوك) : كثرة الحركة, العدوانية , التلفظ بكلمات غير مناسبة٠
	تبادل الاراء حول أنسب الحلول٠	إعطاءها مزيد من الاهتمام, اشراكها في نشاطات لاستنفاذ طاقتها الزائدة، التحدث باستمرار معها من قبل كلا الوالدين, استشارة أخصائي في تعديل السلوك٠
	مناقشة كل حل مع بيان ايجابياته وسلبياته٠ مناقشة بقية الحلول بنفس الطريقة٠	الحل الاول: إعطاءها مزيد من الاهتمام: <u>الايجابيات:</u> يشعرها ذلك بتقبل وحب والديها لها, وقد يساعدها ذلك على أن تكون أكثر قابلية لتقبل التوجيهات٠ <u>السلبيات:</u> الاهتمام الزائد بها سيكون على حساب الاهتمام بأخوتها الاخرين, وقد تفسره كتأييد على سلوكها السلبي٠
	إختيار أفضل الحلول٠	استشارة أخصائي في تعديل السلوك
	الاتفاق على موعد لمناقشة الحل الذي تم إختياره٠	في اليوم التالي: الساعة التاسعة مساء عندما يذهب الابناء الى النوم٠

٩-تناقش المشاركات أهمية مناقشة حل المشكلات وما سبق بحثه فيما يتعلق بدعم الشريك, ويلخص المرشد ما يتم التوصل إليه, وقد يكون على النحو التالي:

أهمية الدعم المتبادل بين الزوجين

١- تقرب الزوجين من بعضهما البعض٠
٢- تتيح الفرصة للإنفتاح, وعدم التصلب بالرأي٠
٣- تعطي الفرصة للزوجين للتعرف على مصادر الدعم الخارجية, إضافة الى الدعم المتبادل بينهما٠
٤- تشعر الزوجة بوجود من يساندها في تربية الابناء٠
٥- تقلل من الضغوطات وما يترتب عليها من إضطرابات نفسية, تسببها تربية الابناء من ناحية ومتطلبات الحياة المختلفة من ناحية أخرى٠٠
٦- يشعر الابناء بالارتياح وعدم التشتت بسبب وجود مرجعية موحدة فيما يتعلق بالتوجيهات السلوكية للوالدين٠
٧- تعطي نموذجا جيدا للآبناء في كيفية التعامل مع شريك الحياة٠
٨- تقوي الرباط العاطفي بين الآباء والابناء, من خلال تأثير دعم الزوج للزوجة, مما يزيد من مقدرتها كأم على منح الدفئ والحنان لآبنائها٠

٩-تحد من النزعة الفردية للزوجين, مما يقلل من الاثار السلبية للأنانية بالنسبة للآباء والابناء٠

١٠- قبل أن ينهي المرشد الجلسة يوزع على المشاركات مقياس العلاقة بين الامهات والأبناء (نسخة الأبناء) لتتم تعبئته من قبل الأبناء, كما حدث قبل البدء في جلسات البرنامج· يؤكد المرشد على عدم تدخل الامهات في طريقة إستجابة الابناء على المقياس, ويشير الى أن الجلسة التالية ستكون هي الاخيرة, حيث سيتم تقييم البرنامج, والإجابة عن أي إستفسار حول ما قدم أثناء الجلسات, إضافة الى إستجابة المشاركات على مقاييس التكيف الزواجي وعلاقة الآمهات بالأبناء (من وجهة نظر الامهات)·

١١- تزود المشاركات المرشد بالملخصات التي تمت خلال جلسات البرنامج المختلفة, حتى يتمكن المرشد من مراجعة أداء المشاركات للتعرف على مدى فعالية البرنامج الارشادي·

الجلسة العشرين: التقييم والانهاء

الهدف: التعرف على فعالية البرنامج الارشادي من وجهة نظر الامهات والابناء.

الاستراتيجيات: نماذج التقييم, الحوار.

الاجراءات

١-يبدأ المرشد الجلسة بتقديم شكره للمشاركات عن جهودهن خلال جلسات البرنامج.

٢-يجيب المرشد عن أي إستفسار حول ما قدم خلال هذه الجلسات.

٣-يوزع المرشد على المشاركات مقياس التكيف الزواجي و مقياس العلاقة بين الآباء والأبناء (نسخة الامهات) , حيث يتم تعبئتها من قبل المشاركات.

٤-يوزع المرشد على المشاركات, نموذج تقييم البرنامج حيث يصمم النموذج بالطريقة التي يراها مناسبة بشرط أن يتضمن التقييم الجوانب التالية:

- **موضوع البرنامج ومدى صلته بواقع الحياة الزوجية والعلاقة مع الأبناء.**
- **فعالية الإستراتيجيات المستخدمة والتمارين والنشاطات المختلفة التي تخللتها جلسات البرنامج.**
- **أداء المرشد من حيث معرفته بمواضيع الجلسات, ومقدرته على تحويل هذه المعرفة لتتناسب مع الإختلافات الفردية بين المشاركات.**
- **فعالية المرشد في إدارة الجلسات, من حيث توزيع النشاطات, وإعطاء الفرصة للجميع, والإجابة على أسئلة المشاركات. ودعمه في تعزيز جو الالفة والتعاون بين المشاركات.**
- **تقييم عدد الجلسات, ومدتها, ووقتها ومكان إنعقادها.**

٥-يوزع المرشد على المشاركات قائمة بعدد من المراجع ذات الصلة بالعلاقات الزوجية والاسرية للاطلاع عليها لمن ترغب في ذلك.

٦-يوزع المرشد على المشاركات(إذا أمكن) قرص ممغنط(CD) ونسخة من ملخصات ما عرض في البرنامج للإطلاع عليها, من قبل المشاركات ممن لا يمتلكن أجهزة كمبيوتر.

٧-تؤخذ الصور التذكارية, ويبدى المرشد إستعداده لمواصلة التواصل مع المشاركات إذا إقتضت الحاجة.

The effect of counseling program to modify cognitive distortions among wives in improving the level of marital adjustment and relationship with children

By

Fathieh Ahmad Mostafa Odeh

Supervisor

Dr, "Mohammad Nazeeh" Abdelqader Hamdi

Abstract

This study investigated the effects of counseling program to modify the wives' cognitive distortions to improve level of marital adjustment and relationship with their children,

The sample of the study consisted of 54 wives who have children aged between 14-17 years. The sample was randomly distributed to experimental group (29), and control group (25). Two scales have been used in the study, the marital adjustment scale and the mother - child relationship scale that measures three dimensions of the mother-child relationship (parental authority, emotional attachment and marital consentient). The scale has two copies: One for mothers and the other for children. Results indicated that there was significant correlation between marital adjustment and all dimensions of the mother–child relationship, from the point of view of mothers. Meanwhile there was significant correlation between marital adjustment and only two dimensions of the mother - child relationship (emotional attachment and marital consentient), but not for the dimension of parental authority from the view point of children, Results indicated significant differences in the level of marital adjustment and the mother - child relationship in favor of the experimental group.